Fisher&Paykel

DCS by Fisher&Paykel

Convection microwave oven

CMO-24SS models

Four micro-ondes à convection

Modèles CMO-24SS

Installation instructions and User guide

Instructions d'installation et Guide d'utilisation

US CA

PRÉCAUTIONS POUR ÉVITER LE RISQUE D'UNE EXPOSITION AUX MICRO-ONDES

- *Ne pas essayer de faire fonctionner ce four lorsque que la porte est ouverte, car le fonctionnement avec la porte ouverte pourrait entraîner une exposition dangereuse aux micro-ondes. Il est important que le système de fermeture de sûreté ne soit pas endommagé ou modifié.*
- *Ne placer aucun objet entre le cadre et la porte du four et ne pas laisser de saleté ou de traces de produits de nettoyage s'accumuler sur les surfaces d'étanchéité*
- *Ne pas utiliser le four s'il est endommagé. Il est particulièrement important que la porte ferme correctement et que les éléments suivants ne présentent pas de défectuosités : (1) porte (gauchie), (2) charnières et verrous (brisés ou desserrés), (3) joints et surfaces d'étanchéité de la porte.*
- *Le four ne doit être réglé ou réparé que par du personnel d'entretien qualifié.*

VEUILLEZ CONSERVER CE MANUEL COMME RÉFÉRENCE FUTURE.

TABLE DES MATIÈRES

Précautions à prendre pour éviter le risque d'une exposition aux micro-ondes 2

Table des matières 3

Importantes consignes de sécurité 4-5

Instructions de déballage 5

Instructions de mise à la terre 6

Renseignements utiles 7-13
- Le four à micro-ondes 7
- À propos des enfants et du four à micro-ondes 7
- À propos de la cuisson aux micro-ondes 7-8
- Préparation de divers aliments 8
- Ustensiles et couvercles 9-12
- À propos de la sécurité 13

Nomenclature 14-15

Avant l'usage 16
- Réglage de l'horloge 16
- Arrêt/annulation 16

Fonctionnement manuel 17
- Cuisson par micro-ondes 17
- Réglage du niveau de puissance 17
- Décongélation manuelle 17

Micro-ondes particularités 18-28
- Principes de cuisson au micro-ondes . 18
- Décongélation des aliments surgelés 18-19
- Reheating (Réchauffage) 19-24
- Defrost (Décongélation) 25
- Sensor (Cuisson au capteur) 26
- Sensor reheat (Capteur de réchauffage) 27
- Popcorn 27
- Sensor Cook (Cuisson au capteur) 27-29

Convection automatique fonctions 30-32
- Auto Broil (Voûte automatique) 30
- Auto Roast (Rôtissage automatique) 31
- Auto Bake (Sole automatique) 32

Cuisson par convection/ combinaison automatique 33-49
- Cuisson par convection 33-38
- Broil (Gril) 38
- Slow Cook (Cuisson lente) 39-41
- Cuisson avec combinaison automatique 42-49

Autres particularités pratiques 50-52
- Séquence de cuisson multiple 50
- Réglage des temps de cuisson 50
- Extra Minute (Minute supplémentaire) 50
- Help Menu (Menu d'aide) 50-51
- Kitchen Timer (Minuterie de cuisine) . 52
- Start (Démarrage) 52
- Help (Aide-Indication à l'affichage) .. 52
- Mode de démonstration 52

Nettoyage et entretien 52-53

Fiche technique 54

Appel de service 55

Garantie 56

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

Certaines précautions de sécurité devraient toujours être prises lorsqu'on se sert d'appareils électriques :

AVERTISSEMENT - Pour réduire les risques de brûlures, de chocs électriques, de feu, de blessures ou d'exposition aux micro-ondes :

1. Lire toutes les instructions avant de se servir de l'appareil.
2. Lire et suivre les PRÉCAUTIONS POUR ÉVITER LE RISQUE D'UNE EXPOSITION AUX MICRO-ONDES à l'intérieur de la couverture avant.
3. Cet appareil doit être mis à la terre. Brancher seulement à une prise à trois broches. Se reporter aux «INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE», page 6.
4. Installer ou placer l'appareil conformément aux instructions d'installation fournies.
5. Certains produits comme des oeufs entiers et des contenants scellés — par exemple des bocaux en verre fermés — peuvent exploser et ne devraient pas être utilisés dans ce four
6. N'utiliser cet appareil qu'aux fins décrites dans ce manuel. Ne pas utiliser de produits corrosifs dans le four à micro-ondes. Ce four a été conçu pour la cuisson et le réchauffage des aliments, non pour un usage industriel ou des travaux en laboratoire.
7. Comme pour tout appareil, exercer une surveillance étroite quand des enfants l'utilisent.
8. Ne pas faire fonctionner l'appareil si le cordon ou la fiche sont endommagés, si l'appareil ne fonctionne pas bien ou s'il a été endommagé ou est tombé.
9. Cet appareil ne doit être réparé que par du personnel de service autorisé. Communiquer avec le service de réparations autorisé le plus proche pour un examen, une réparation ou un réglage.
10. Ne couvrir ou bloquer aucune ouverture de l'appareil.
11. Ne pas laisser, ni utiliser cet appareil à l'extérieur. Ne pas utiliser ce produit auprès de l'eau – comme par exemple près d'un évier de cuisine, dans un sous-sol humide, près d'une piscine ou dans d'autres endroits semblables.
12. Ne pas immerger le cordon ou la fiche dans l'eau.
13. Garder le cordon loin des surfaces chauffées.
14. Ne pas laisser pendre le cordon de la table ou du comptoir.
15. Voir les instructions pour le nettoyage de la surface de la porte à la page 53.
16. Pour réduire les risques de feu à l'intérieur du four :
    a. Ne pas trop faire cuire les aliments. Rester prudemment près du four lorsqu'on utilise du papier, du plastique ou tout autre matériel combustible pour faciliter la cuisson.
    b. Retirer les attaches de métal des sacs de papier ou de plastique avant de mettre les sacs au four.
    c. Si les matériaux à l'intérieur du four prennent feu, garder la porte du four fermée, arrêter le four et débrancher la fiche ou couper l'électricité au panneau d'entrée.
    d. Ne pas utiliser la cavité comme espace de rangement. Ne laisser ni papier, ni ustensiles, ni aliments dans la cavité lorsque l'appareil n'est pas utilisé.
17. Des liquides tels que l'eau, le café ou le thé peuvent chauffer au-delà du point d'ébullition sans qu'aucun bouillonnement n'apparaisse. Ainsi, quand le contenant est retiré du four, il peut ne pas y avoir d'ébullition ou de bouillonnement apparents. IL PEUT EN RÉSULTER UN DÉBORDEMENT DES LIQUIDES TRÈS CHAUDS LORSQU'UNE CUILLER OU UN AUTRE USTENSILE EST INSÉRÉ DANS LE LIQUIDE.

    Pour réduire le risque de blessures personnelles:

IMPORTANTES CONSIGNES DE SÉCURITÉ

a. Ne pas trop chauffer le liquide.

b. Remuer le liquide et avant de le chauffer et à mi-cuisson.

c. Ne pas utiliser de contenants à bords droits et à goulot mince. Utiliser un bocal à large goulot.

d. Après le chauffage, laisser reposer le contenant dans le four à micro-ondes pour au moins 20 secondes avant de le retirer.

e. Lors d'insérer une cuiller ou un autre ustensile dans le contenant, le faire très soigneusement.

18. Si le four est installé encastré, suivre ces instructions :

a. Ne pas monter ce four au-dessus d'un évier.

b. Ne rien poser au dessus du four quand il est en fonctionnement.

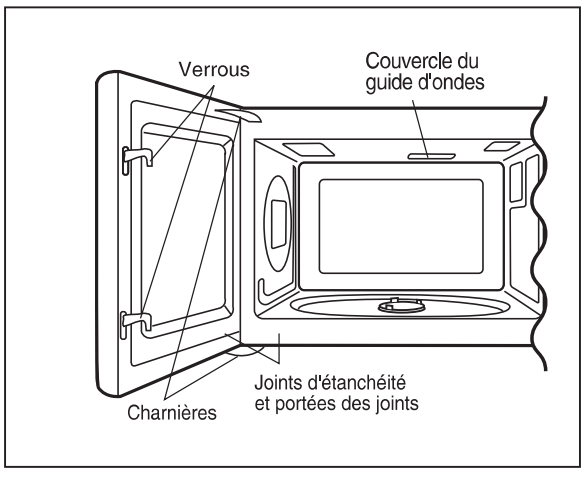
19. Si la lumière du four ne s'allume pas, communiquer avec un BUREAU DE SERVICE FISHER AND PAYKEL AUTORISÉ.

CONSERVER CE MODE D'EMPLOI

INSTRUCTIONS DE DÉBALLAGE

DÉBALLAGE ET INSPECTION DU FOUR

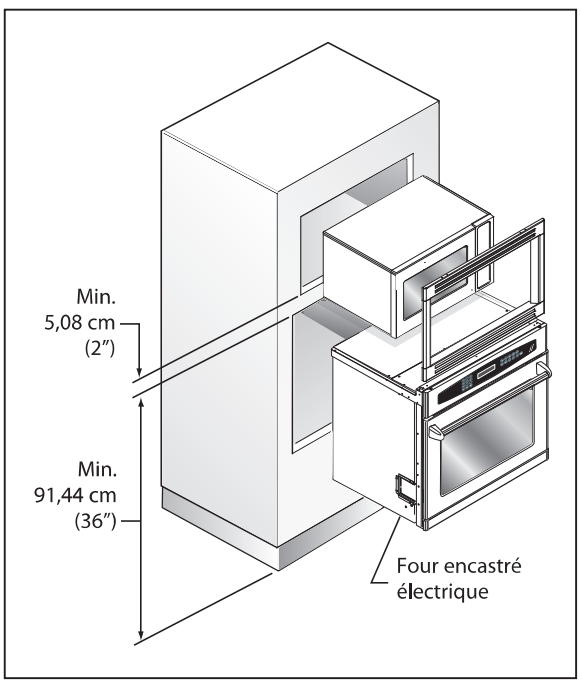
Retirer tous les matériaux d'emballage qui se trouvent à l'intérieur de la cavité du four; cependant, NE PAS ENLEVER LE COUVERCLE DU GUIDE D'ONDES qui se trouve sur la paroi supérieure de la cavité du four. Lire les pièces jointes et CONSERVER le manuel d'utilisation.



Vérifier que le four n'a subi aucun dommage, en particulier que la porte n'est ni tordue ni décentrée, que les joints et les surfaces d'étanchéité ne sont pas endommagés, que les charnières et les verrous ne sont pas brisés ou desserrés et que la porte ou l'intérieur de la cavité ne porte aucune trace de coups. Si on constate quelque dommage que ce soit, ne pas faire fonctionner le four et communiquer avec le détaillant ou un BUREAU DE SERVICE FISHER AND PAYKEL AUTORISÉ.

CHOIX D'UN EMPLACEMENT POUR LE FOUR

Un four étant un appareil d'usage fréquent, il est conseillé de choisir un emplacement commode. Dans la mesure du possible, prévoir un plan de travail à côté du four. Il faut prévoir un espace d'au moins 5 cm de chaque côté, au-dessus et à l'arrière du four pour la circulation d'air.

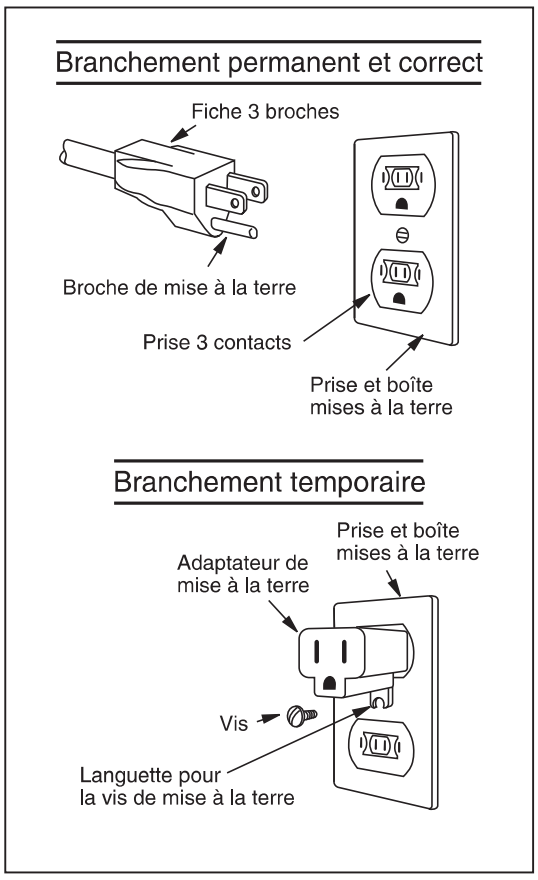


Votre four à microondes peut se monter dans un meuble ou au mur tout seul, ou au-dessus des fours muraux WOSU-30 (DCS by Fisher & Paykel) ou OB30SDEPX1 (Fisher & Paykel), en utilisant le kit intégré "Microwave Accessory Trim Kit" (CMOTTK) approprié (de la marque DCS by Fisher & Paykel ou Fisher & Paykel). Le four à microondes ne peut pas se monter au-dessus de cuisinières conventionnelles à gaz ou électriques, ou de tous les autres modèles de fours muraux.

INSTRUCTIONS DE MISE À LA TERRE

Cet appareil doit être mis à la terre. Ce four est équipé d'un cordon d'alimentation avec fil de mise à la terre, et d'une fiche de mise à la terre. Il faut le brancher dans une prise murale qui a été installée correctement et mise à la terre selon le Code national de l'électricité et les codes et décrets locaux. En cas de court-circuit électrique, la mise à la terre réduit les risques de choc électrique en permettant au courant de s'échapper par le fil de mise à la terre.

AVERTISSEMENT – Un mauvais usage de la prise de terre peut causer des chocs électriques.


Branchement permanent et correct
Fiche 3 broches
Broche de mise à la terre
Prise 3 contacts
Prise et boîte mises à la terre
Branchement temporaire
Prise et boîte mises à la terre
Adaptateur de mise à la terre
Vis
Languette pour la vis de mise à la terre

INSTALLATION ÉLECTRIQUE

La tension d'alimentation est 120 volts, 60 Hz, CA seulement, 15 A ou plus et doit être protégée. Il est recommandé d'alimenter le four par un circuit séparé.

Le four est équipé d'une fiche de terre à trois broches. Il faut la brancher dans une prise murale correctement installée et mise à la terre. Si vous ne possédez que des prises à deux broches, demandez à un électricien de métier d'installer une prise murale qui convienne.

Le cordon d'alimentation est court pour éviter qu'on ne s'y empêtre ou qu'on tombe.

RALLONGE

Si une rallonge est nécessaire, utiliser une rallonge à trois fils munie d'une fiche de terre à trois broches et d'une prise à trois fentes qui accepte la fiche du four à micro-ondes. La puissance nominale de la rallonge doit être de 115-120 volts CA, 15 ampères ou plus.

Faire attention de ne pas laisser dépasser le cordon du comptoir ou de la table, pour éviter que des enfants ne tirent dessus ou que quelqu'un ne s'y empêtre et tombe.

Remarques :

1. Pour toute question à propos de l'installation électrique ou de la mise à la terre, consulter un électricien de métier ou un réparateur qualifié.

2. Ni Fisher & Paykel ni le détaillant ne peuvent être tenus responsables des dommages au four ou des blessures causés par une installation qui ne répond pas aux normes.

INTERFÉRENCE RADIO OU TÉLÉVISION

Si le four à micro-ondes provoque de l'interférence avec la radio ou la télévision, vérifier qu'il est branché sur un circuit indépendant, en éloigner la radio ou la télévision le plus possible et vérifier la position et le signal de l'antenne de réception.

RENSEIGNEMENTS UTILES

LE FOUR À MICRO-ONDES

Ce manuel est précieux; le lire attentivement et le conserver pour s'y reporter, au besoin.

Un bon livre de cuisine aux micro-ondes est très utile. Il présente les principes, les techniques, des conseils et des recettes de cuisine aux micro-ondes.

Ne **JAMAIS** se servir du four sans le plateau tournant et le support. Ne pas installer le plateau tournant à l'envers pour faire entrer dans le four un plat de grandes dimensions. Le plateau tourne dans les deux sens.

S'assurer à ce qu'il y ait **TOUJOURS** des aliments dans le four lorsqu'il est allumé, de sorte qu'ils absorbent l'énergie produite.

Quand on utilise le four à des niveaux de puissance inférieurs à 100 %, on peut entendre la mise en marche et l'arrêt du magnétron. Il est normal que l'extérieur du four soit chaud au toucher pendant la cuisson ou le réchauffement.

La condensation est un phénomène normal pendant la cuisson au four à micro-ondes. L'humidité ambiante et la teneur en eau des aliments déterminent le degré de condensation à l'intérieur du four.

En règle générale, les aliments couverts produisent moins de condensation que les aliments cuits à découvert. Veiller à ce que les évents à l 'arrière du four soient toujours dégagés.

Ce four est conçu seulement pour la préparation des aliments. Il ne doit pas être utilisé pour sécher des vêtements ou des journaux.

La puissance de ce four est de 900 watts calculée par la méthode d'essai IEC. Vérifier la cuisson des aliments une minute ou deux avant la fin de la période minimum de cuisson indiquée sur les recettes et les emballages et, s'il y a lieu, augmenter le temps de cuisson.

À PROPOS DES ENFANTS ET DU FOUR À MICRO-ONDES

Les enfants de moins de 7 ans ne devraient utiliser le four à micro-ondes que sous la surveillance étroite d'un adulte. Les enfants de 7 à 12 ans devraient utiliser l'appareil sous la surveillance d'un adulte se trouvant dans la même pièce qu'eux.

L'enfant doit être capable d'atteindre facilement le four; sinon, le faire monter sur un tabouret robuste et stable.

Il ne faut jamais s'appuyer ou s'accrocher à la porte du four à micro-ondes. Il faut enseigner les mesures de sécurité aux enfants : employer des gants isolants, enlever les couvercles avec précaution, faire très attention aux contenants d'aliments croustillants qui peuvent devenir très chauds.

Ne pas présumer qu'un enfant qui connaît bien une fonction de l'appareil les connaît toutes.

Les enfants doivent savoir qu'un four à micro-ondes n'est pas un jouet. Voir la page 50 pour obtenir des renseignements sur le verrouillage de sécurité.

À PROPOS DE LA CUISSON AUX MICRO-ONDES

- Disposer les aliments avec soin. Placer la partie la plus épaisse des aliments vers l'extérieur du plat.
- Vérifier le temps de cuisson. Cuire les aliments pendant la plus courte période indiquée et prolonger la cuisson au besoin. Des aliments trop cuits peuvent dégager de la fumée ou prendre feu.
- Recouvrir les aliments pendant la cuisson. Selon la recette ou le livre de cuisine, utiliser un essuie-tout, du papier ciré, un film plastique allant au micro-ondes ou un couvercle. Couvrir les aliments empêche les éclaboussures et leur permet de cuire de manière uniforme.
- Protéger les parties de viande ou de volaille très minces par des petits écrans en papier d'aluminium pour éviter qu'ils ne cuisent trop vite par rapport aux parties plus épaisses.
- Si possible, remuer les aliments de l'extérieur du plat vers le centre une ou deux fois pendant la cuisson.

RENSEIGNEMENTS UTILES

- Retourner les aliments comme du poulet et des galettes de viande une fois au cours de la cuisson afin d'accélérer le processus. Il faut retourner les grosses pièces comme les rôtis au moins une fois.
- Au milieu de la cuisson, déplacer les aliments comme les boulettes de viande, de l'intérieur du plat vers l'extérieur, et du haut vers le bas.
- Prévoir du temps de repos. Retirer les aliments du four et, si possible, les remuer. Couvrir les aliments pendant ce temps pour leur permettre de finir de cuire.
- Vérifier la cuisson. Rechercher les signes qui indiquent que les aliments sont cuits à point.

  Par exemple :
  - La vapeur s'élève de toute la surface des aliments, pas seulement des bords.
  - Le fond du plat est très chaud au toucher.
  - Les cuisses de poulet se détachent facilement.
  - La viande et la volaille ne présentent plus de parties rosées.
  - Le poisson est opaque et se défait facilement à la fourchette.

PRÉPARATION DE DIVERS ALIMENTS

ALIMENT	A FAIRE	A NE PAS FAIRE
Œufs, saucisses noix, graines, fruits et légumes	• Percer les jaunes pour éviter qu'ils n'éclatent pendant la cuisson. • Piquer la pelure des pommes de terre, des pommes, des courges ainsi que les saucisses afin de permettre à la vapeur de s'échapper.	• Ne pas cuire les œufs dans leur coquille. • Ne pas réchauffer des œufs entiers. • Ne pas faire sécher les noix ou les graines dans leur écaille.
Maïs	• Utiliser seulement du maïs empaqueté pour micro-ondes. • Attendre que seuls quelques grains isolés éclatent toutes les 1 ou 2 secondes, ou appuyer sur la touche Popcorn.	• Ne pas faire éclater des grains de maïs dans des sacs de papier brun ou dans un bol de verre. • Ne pas dépasser le temps indiqué sur l'emballage.
Aliments pour bébés	• Transférer la nourriture dans de petits plats et faire réchauffer doucement, en remuant souvent. Vérifier la température des aliments avant de servir. • Mettre la tétine sur le biberon après l'avoir réchauffé et bien brassé celui-ci ce dernier faire le «test du poignet» avant de donner le biberon à bébé.	• Ne pas faire chauffer les aliments commerciaux pour bébés dans leurs pots. • Ne pas faire chauffer des biberons jetables. • Ne pas faire chauffer les biberons avec la tétine.
Généralités	• Après avoir réchauffé des aliments contenant une garniture, les couper afin de laisser s'échapper la vapeur et d'éviter des brûlures. • Bien mélanger les liquides avant et après la cuisson pour que la chaleur soit uniforme. • Faire cuire les aliments liquides et les céréales dans un bol profond afin d'éviter qu'ils ne débordent.	• Ne pas réchauffer ou faire cuire des aliments dans des contenants hermétiques ou fermés en verre. • Ne pas préparer des conserves au four à micro-ondes, car des bactéries dangereuses pourraient ne pas être tuées. • Ne pas utiliser le four à micro-ondes pour faire de la friture. • Ne pas faire sécher du bois, des courges, des herbes ou du papier.

RENSEIGNEMENTS UTILES

USTENSILES ET COUVERCLES

USTENSILES ET COUVERCLES	MICRO-ONDES SEULEMENT	GRILLADE PAR CONV., CUISSON LENTE	MODE COMBINÉ HAUTE TEMP./ RÔTIR MODE COMBINÉ BASSE TEMP./ CUISSON AU FOUR
Feuille d'aluminium	OUI. Des petites feuilles d'aluminium lisses peuvent être placées sur une préparation pour protéger ses surfaces contre une cuisson ou une décongélation trop rapide. Maintenir les feuilles à au moins un pouce d'écart des parois du four.	OUI. Comme protection.	OUI. Comme protection.
Récipients en aluminium	OUI. À condition de ne remplir qu'aux 3/4. Maintenir à un pouce d'écart des parois du four et ne pas recouvrir de feuille d'aluminium.	OUI. Griller sans couvercle.	OUI. À condition de ne remplir qu'aux 3/4. Maintenir à un pouce d'écart des parois du four et ne pas recouvrir de feuille d'aluminium.
Plat à gratin	OUI. Ne pas dépasser la durée de préchauffage recommandée. Suivre le mode d'emploi du fabricant.	NON	NON
Vitrocéramique (Pyroceram®)	OUI. Excellent.	OUI. Excellent.	OUI. Excellent.
Verre calorifuge	OUI. Excellent.	OUI. Excellent.	OUI. Excellent.
Verre non-calorifuge	NON	NON	NON
Couvercles en verre	OUI	OUI. Griller sans couvercle.	OUI
Couvercles en métal	NON	OUI. Griller sans couvercle.	NON
Casseroles en métal	NON	OUI	OUI. Ne pas employer de couvercles métalliques.
Métaux assortis : plats à rebords métalliques, etc. Ligatures métalliques	NON	NON	NON

RENSEIGNEMENTS UTILES

USTENSILES ET COUVERCLES

USTENSILES ET COUVERCLES	MICRO-ONDES SEULEMENT	GRILLADE PAR CONV., CUISSON LENTE	MODE COMBINÉ HAUTE TEMP./ RÔTIR MODE COMBINÉ BASSE TEMP./CUISSON AU FOUR
Poches de cuisson au four	OUI. Conviennent aux grosses pièces de viande ou aux préparations à attendrir. NE PAS utiliser de ligatures métalliques.	OUI. Grillades, non.	OUI. NE PAS utiliser de ligatures métalliques.
Assiettes en carton	OUI. Pour ré chauffer.	NON	NON
Serviettes en papier	OUI. Comme couvercles au réchauffage et à la cuisson. Ne pas employer de produits recyclés pouvant contenir des fibres métalliques.	NON	NON
Papier allant au four	OUI	OUI. Pour températures jusqu'à 400˚ F. Ne pas employer pour griller.	OUI. Pour températures jusqu'à 400˚ F.
Récipients en plastique bons pour micro-ondes	OUI. Pour réchauffer et décongeler. Suivre le mode d'emploi du fabricant.	NON	NON
Plastique, Thermoset®	OUI	OUI. Résiste à la chaleur jusqu'à 425˚ F. Ne pas employer pour griller.	OUI
Film plastique	OUI. Choisir des marques spécialement indiquées pour micro-ondes. NE PAS placer le film en contact avec les aliments. Percer pour laisser s'échapper la vapeur.	NON	NON
Céramiques, grès, porcelaine	OUI. Voir les recommandations du fabricant pour usage micro-ondes.	OUI	OUI. Doivent être bons pour micro-ondes et cuisson au four.
Polystyrène	OUI. Pour réchauffer.	NON	NON
Papier ciré	OUI. Recommandé comme couvercle à la cuisson et au réchauffage.	NON	NON

RENSEIGNEMENTS UTILES

USTENSILES ET COUVERCLES

USTENSILES ET COUVERCLES	MICRO-ONDES SEULEMENT	GRILLADE PAR CONV., CUISSON LENTE	MODE COMBINÉ HAUTE TEMP./ RÔTIR MODE COMBINÉ BASSE TEMP./CUISSON AU FOUR
Osier, bois, paille	OUI. Convient aux cuissons très courtes. Ne pas employer avec des plats très gras ou très sucrés. Risque de se calciner.	NON	NON

VÉRIFICATION DE RÉCIPIENTS

Pour vérifier qu'un récipient est bon pour micro-ondes, placez-le vide dans le four et réglez sur HIGH pendant 30 secondes. Si le plat chauffe à l'extrême, NE PAS l'utiliser pour la cuisson aux micro-ondes.

ACCESSOIRES

Il y a de nombreux accessoires pour micro-ondes proposés à l'achat. Évaluez-les avec soin avant l'achat pour qu'ils satisfassent bien vos besoins. Un thermomètre compatible avec micro-ondes vous aidera à déterminer le bon degré de cuisson, et assurera que les aliments ont été cuits à des températures sûres quand vous ne cuisez en utilisant que les micro-ondes. DCS n'est pas responsable des éventuels dommages au four en cas d'utilisation d'accessoires.

USTENSILES POUR MICRO-ONDES

Le matériau idéal d'un ustensile pour micro-ondes permet à l'énergie de passer au travers du conteneur pour chauffer les aliments. Beaucoup d'articles de maison, comme les assiettes en carton et les bols en verre ou en plastique sont de bons choix pour juste réchauffer les aliments.

Quand un ustensile est utilisé pour la cuisson, il doit pouvoir résister au contact avec les aliments très chauds ou le liquide bouillant.

Des ustensiles à double usage, en carton ou plastique résistant à la chaleur, peuvent s'utiliser dans des fours conventionnels et micro-ondes. Recherchez les matériaux marqués « supporte les micro-ondes ou les fours conventionnels jusqu'à 400° F (204° C) ». Beaucoup de récipients de cuisson traditionnels, comme casseroles et tasses à mesurer conviennent également pour les micro-ondes.

Les ustensiles en verre pour four ou vitrocéramique (Pyroceram®) peuvent être utilisés pour les micro-ondes, pour servir et pour conserver. Les ustensiles en verre allant au four sont bon marché et faciles à trouver. Vous pourrez les utiliser pour mesurer, mélanger et cuire au four à micro-ondes. Choisissez du verre transparent pour les tartes, gâteaux et pains, afin de pouvoir facilement contrôler le degré de cuisson par transparence au travers du fond.

Test de compatibilité micro-ondes pour la vaisselle. Si vous n'êtes pas sûr que votre vaisselle puisse passer sans risques au four à micro-ondes, vérifiez-le auparavant. Placez-la dans le four. Mettez une demie à une tasse d'eau dans une coupe en verre, que vous placez sur ou à côté de la vaisselle. Actionnez le four en position forte (HIGH) pendant 1 à 2 minutes. Si la vaisselle n'a pas chauffé, elle est micro-ondable. N'utilisez pas ce test pour des ustensiles en plastique ou en métal.

Poterie, grès et porcelaine présentent la polyvalence pour cuire et servir. Les bols, plateaux, casseroles, plats et coupes de service sont commodes et jolis. Choisissez-les marqués « compatible micro-ondes ». Si vous n'êtes pas sûr de la compatibilité de plats que vous possédez effectuez le test précédent.

Les batteries de cuisine en plastique (Thermoset®) marquées comme micro-ondables sont conçues pour être utilisées en four à micro-ondes ou traditionnel et peuvent supporter des températures allant jusqu'à 204° C (400° F). Suivez les recommandations de leur fabricant.

RENSEIGNEMENTS UTILES

Les récipients de stockage en plastique et la vaisselle en plastique marqués comme micro-ondables et Styrofoam® peuvent être utilisés pour des réchauffements courts à la température pour servir. Ne les utilisez pas pour cuire des aliments crus ou pour réchauffer des aliments riches en graisse ou en sucre, car ils se déforment à une température relativement peu élevée. Les récipients de Tupperware® traditionnels peuvent fondre et se déformer, mais les modèles Ultra 21® de cette marque sont conçus pour passer au four à micro-ondes.

Le film étirable et les sacs en plastique pour conservation des aliments ne doivent pas être gardés pour la cuisson.

Les plats, gobelets, coupes, serviettes et nappes en papier sont de bons supports pour cuisson courte et réchauffage. Évitez le papier recyclé qui pourrait contenir des particules métalliques, et les ustensiles en papier paraffiné. Les moules à gâteaux en papier absorbent l'excès d'humidité et évitent le nettoyage. Les serviettes blanches tout papier sont excellentes pour réchauffer des pains, cuire du bacon ou recouvrir des récipients pour éviter des projections. Le papier paraffiné peut être utilisé comme un couvercle léger non adhérent pour maintenir la vapeur, il empêche également les éclaboussures avec des plats tels que le chili ou les spaghetti.

Les produits papier à double usage, comme les conteneurs carton micro-ondables, sont polyvalents. Ils peuvent supporter la congélation et passer aux fours à micro-ondes ou traditionnel jusqu'à 204° C (400° F).

Le métal, comme des petits morceaux de feuille d'aluminium, peut être utilisé pour entourer des petites quantités d'aliments (ailerons, pilons, os de poitrine) pour empêcher cuisson ou décongélation excessives. Le métal réfléchit l'énergie et l'écarte de l'aliment, freinant sa cuisson. Des thermomètres spéciaux ou des sondes à laisser dans le four à micro-ondes pendant la cuisson sont aussi des outils de contrôle valables. Des plats de faible profondeur (pas plus de 4,5 cm) pour aliments prêts à servir peuvent être utilisés. Le taux de métal utilisé doit être proportionnel au volume des aliments contenus, Ces récipients doivent être pleins aux deux tiers ou aux trois quarts. Gardez toujours les conteneurs métalliques à au moins 5 cm à l'écart des parois du four pour éviter la production d'arcs.

Matériaux à usage non recommandé dans un four à micro-ondes. N'utilisez pas de pot, casserole ou plat à four traditionnel métallique, de fermetures à tordre métalliques, ou d'assiettes avec un rebord métallisé. Évitez également les ustensiles ayant des vis, des bandes ou des poignées en métal, des renforcements métalliques de paniers ou poignées, ou des thermomètres classiques pour cœur de viande ou sucre fondu. De même ne sont pas recommandés pour cuire dans un micro-ondes, les articles de table Melamine® ou Centura®, les plastiques qui peuvent être sensibles aux aliments chauds, le cristal au plomb, les antiquités et les vaisselles délicates, la porcelaine de chine et les chopes ou tasses en céramique à poignée collée, les sacs en papier brun et les produits en papier recyclé.

RENSEIGNEMENTS UTILES

À PROPOS DE LA SÉCURITÉ

- On recommande les températures de cuisson suivantes.

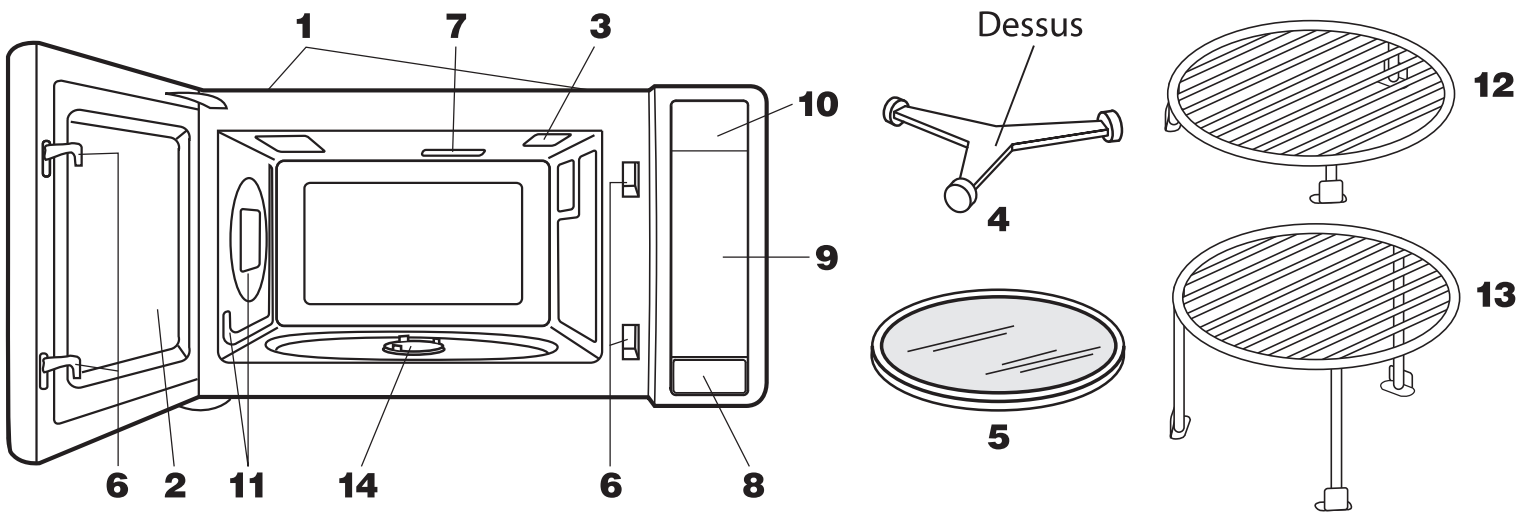
Pour vérifier si les aliments sont cuits à point, insérer un thermomètre à viande dans un endroit épais, à l'écart de la graisse et des os. Ne JAMAIS laisser le thermomètre dans les aliments qui cuisent, sauf s'il est approuvé pour emploi aux micro-ondes.

TEMP	ALIMENTS
160˚F / 71˚C	Pour le porc, la viande hachée, le blanc de poulet sans os, le poisson, les fruits de mer, les œufs frais et les aliments préparés surgelés.
165˚F / 74˚C	Pour les restes de table, les aliments réfrigérés prêts-à-réchauffer, et les aliments frais d'un traiteur ou l'équivalent.
170˚F / 77˚C	Les blancs de volaille.
180˚F / 82˚C	La viande brune de volaille.

- **TOUJOURS** utiliser des gants isolants pour éviter des brûlures lorsque l'on se sert d'ustensiles en contact avec des aliments chauds. La chaleur transférée des aliments aux ustensiles peut provoquer des brûlures.
- Diriger la vapeur loin du visage et des mains afin d'éviter des brûlures. Soulever doucement la partie la plus éloignée des couvercles et des pellicules et ouvrir lentement les sacs de maïs soufflé ou de cuisson en les tenant loin du visage.
- Rester près du four quand il fonctionne et vérifier fréquemment la cuisson afin d'éviter de trop cuire les aliments.
- Ne **JAMAIS** entreposer des livres de cuisine ou autres objets dans la cavité du four.
- Choisir, entreposer et manipuler la nourriture de manière à préserver sa qualité et à minimiser la prolifération de bactéries alimentaires.
- Garder le couvercle du guide d'ondes propre. Les résidus d'aliments peuvent causer des étincelles ou s'enflammer.
- Retirer les aliments du four en prenant soin de ne pas toucher le système de fermeture de sûreté de la porte avec des ustensiles, ses vêtements ou les accessoires.

NOMENCLATURE

PIÈCES DU FOUR À MICRO-ONDES



1 Orifices de ventilation (arrière)

2 Porte du four avec hublot

3 Éclairage de four

Il s'allume quand la porte est ouverte ou quand le four est en fonctionnement.

4 Support de plateau tournant

5 Plateau tournant amovible
Il tourne dans les deux sens alternativement.

6 Verrous de la porte
Le four ne peut pas fonctionner si la porte n'est pas parfaitement fermée.

7 Couvercle du guide d'ondes : NE PAS ENLEVER.

8 Bouton d'ouverture de la porte
Appuyer sur ce bouton pour ouvrir la porte.

9 Tableau de commande à touches

10 Lampe du four
Elle s'allume lorsque la porte est ouverte ou que le four est en service.

11 Ouvertures pour air de convection

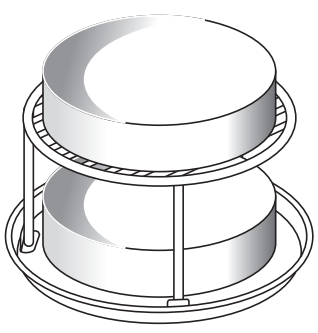
12 Grille basse amovible (trépied de cuisson)

13 Grille haute amovible (trépied de gril)

14 Arbre d'entraînement du plateau tournant

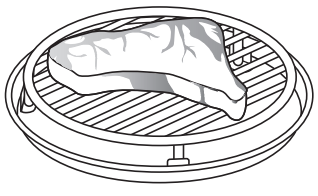
ACCESSOIRES

Les accessoires qui suivent sont conçus spécialement pour une utilisation dans le four uniquement en cuisson par convexion, combinaison ou gril. NE PAS LES UTILISER EN CUISSON MICRO-ONDES UNIQUEMENT. Ne pas remplacer ces supports conçus spécialement par d'autres semblant similaires.



Support de cuisson haut, pour convection et mélange faible.

- Ce support est placé sur la plaque tournante pour des cuissons à deux niveaux, comme les gâteaux à étages, les muffins, etc.



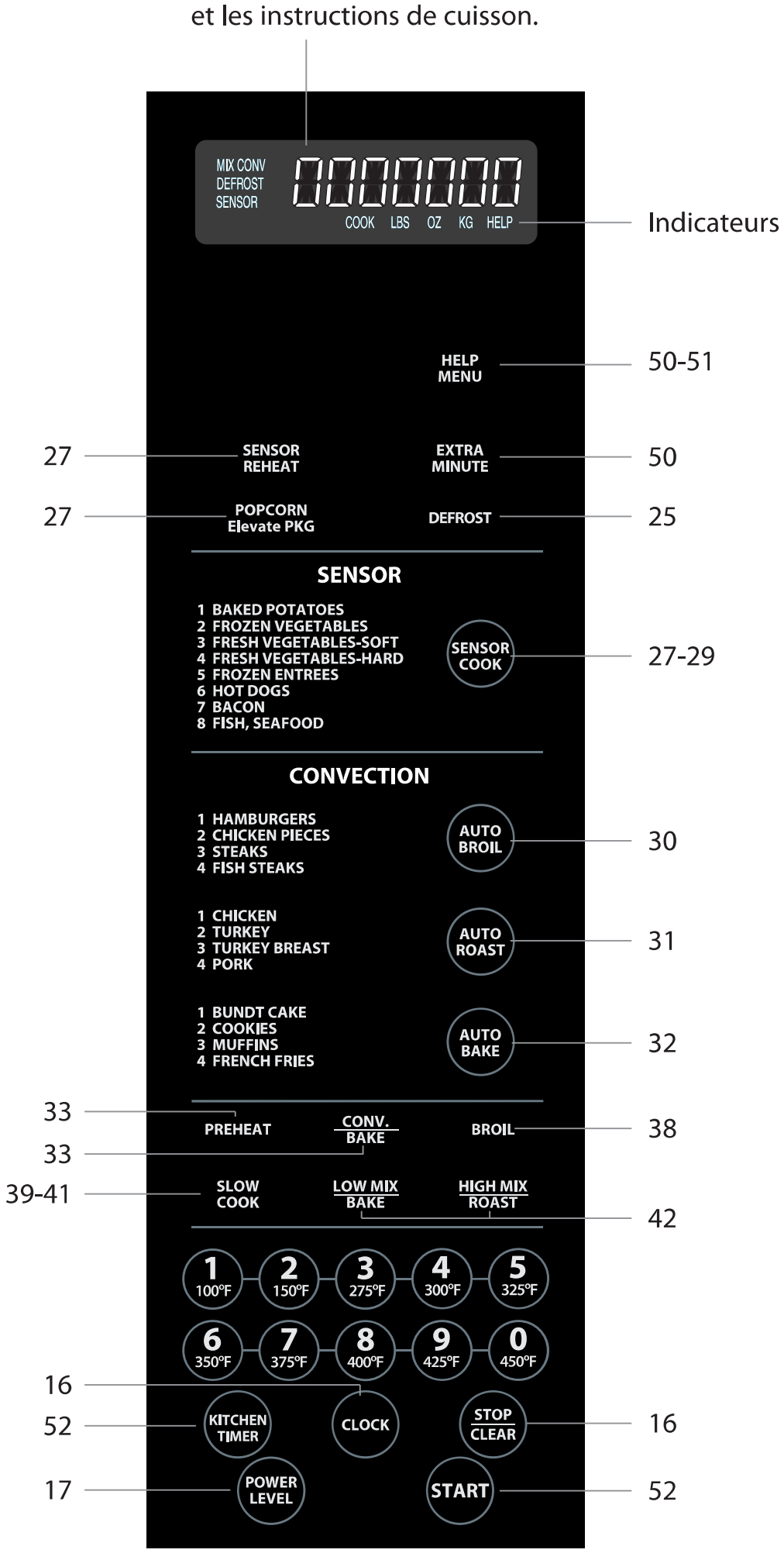
Trépied support de cuisson bas pour convexion, four et combinaison forte.

- Ce trépied est placé sur le plateau tournant et sert à rôtir ou cuire en laissant les jus s'écouler des aliments.

NOMENCLATURE

TABLEAU DE COMMANDE

Affichage du panneau de contrôle
Des mots apparaîtront dans l'affichage pour indiquer les caractéristiques et les instructions de cuisson.



Les chiffres en marge de l'illustration du tableau de commande renvoient aux pages où sont décrits les caractéristiques et les renseignements concernant le mode d'emploi.

AVANT L'USAGE

- Avant d'utiliser ce four, prendre la peine de lire intégralement ce manuel.
- Avant d'utiliser le four, procéder ainsi :
    1. Brancher la fiche du cordon d'alimentation. Fermer la porte. La phrase WELCOME PRESS CLEAR AND PRESS CLOCK s'affiche.
    2. Appuyer sur la touche STOP/CLEAR. L'indication : s'affiche.
    3. Régler l'horloge.

RÉGLAGE DE L'HORLOGE

1. Appuyer sur la touche CLOCK.
2. Entrer l'heure correcte de la journée en appuyant sur les touches numériques. Appuyer à nouveau sur la touche CLOCK.

Cette horloge est conçue selon un cycle de 12 heures. En cas d'entrée d'une heure non valable, l'indication ERROR s'affiche. Appuyer sur la touche STOP/CLEAR et entrer l'heure correcte.

- Si l'alimentation électrique du four à micro-ondes est coupée, l'indication WELCOME PRESS CLEAR AND PRESS CLOCK s'affiche et clignote dès que l'alimentation est rétablie. Si cela se produit durant la cuisson, le programme de cuisson et l'heure de la journée seront effacés. Appuyer sur la touche STOP/CLEAR et remettre l'horloge à l'heure.

ARRÊT/ANNULATION

Utiliser la touche STOP/CLEAR pour :

1. Effacer une erreur durant la programmation.
2. Annuler le fonctionnement de la minuterie.
3. Arrêter le four temporairement durant la cuisson.
4. Afficher l'heure actuelle.
5. Annuler un programme durant la cuisson (toucher deux fois).

FONCTIONNEMENT MANUEL

CUISSON PAR MICRO-ONDES

Le four peut être programmé pour 99 minutes 99 secondes (99.99). **Indiquer les secondes après les minutes même si le nombre de secondes est égal à zéro.**

- Supposons que l'on veuille cuire pendant 5 minutes à 100 %.

1. Entrer la durée de cuisson en composant **5** **0** **0** aux touches numériques.
2. Appuyer sur la touche START.

RÉGLAGE DU NIVEAU DE PUISSANCE

Onze niveaux de puissance sont prévus. Plus le niveau de puissance est faible, plus le temps de cuisson est long, ce qui est conseillé pour les aliments tels que le fromage, le lait ou les viandes qui exigent une cuisson lente. Consulter un livre de cuisine ou de recettes pour chaque cas particulier.

TOUCHER UNE FOIS SUR POWER LEVEL PUIS TOUCHER	POURCENTAGE APPROXIMATIF DE LA PUISSANCE	NOMS DONNÉS AUX NIVEAUX DE PUISSANCE
POWER LEVEL	100%	High (élevé)
9	90%	
8	80%	
7	70%	Medium High (mi-élevé)
6	60%	
5	50%	Medium (moyen)
4	40%	
3	30%	Med. Low / Defrost
2	20%	(mi-faible/décongélation)
1	10%	Low (faible)
0	0%	

- Supposons que l'on veuille décongeler des aliments pendant 5 minutes à 30 %.

1. Entrer la durée de décongélation en composant **5** **0** **0** aux touches numériques.
2. Appuyer sur la touche POWER LEVEL et entrer le chiffre **3**.
3. Appuyer sur la touche START.

Il est possible de programmer jusqu'à 4 séquences de cuisson automatique. Suivez les instructions de la page 48. Retenir que le niveau de puissance doit être entré en premier en programmant des séquences multiples.

DÉCONGÉLATION MANUELLE

Si les aliments que vous voulez décongeler ne sont pas listés dans les tableaux de décongélation, ou sont au-dessus ou en-dessous des limites de leur colonne de quantité, vous devrez décongeler manuellement.

Vous pouvez décongeler n'importe quel aliment congelé, cru ou précuit, en utilisant la puissance au niveau 3. Suivre exactement la procédure en **3** étapes donnée avec le Temps de cuisson. Estimer le temps de décongélation et appuyer sur 3 pour la sélection du niveau de puissance.

Pour les aliments crus ou cuits, compter en moyenne 5 minutes par livre. Par exemple, choisir 5 minutes pour décongeler une livre de sauce à spaghetti.

Arrêter le four périodiquement pour retirer ou séparer les portions déjà décongelées. Si les aliments ne sont pas entièrement décongelés à l'expiration du temps précisé, utiliser le niveau de puissance 3 pendant des périodes de une minute pour obtenir la décongélation complète.

Si les aliments congelés sont dans un récipient en matière plastique, ne les décongeler que pendant le temps nécessaire pour les retirer du récipient, puis les déposer dans un plat convenant aux micro-ondes.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

PRINCIPES DE CUISSON AUX MICRO-ONDES

La clé d'une cuisson réussie aux micro-ondes tient à la compréhension des conditions de base qui peuvent affecter les résultats de cuisson. La vitesse et la régularité de la cuisson aux micro-ondes sont influencées par les caractéristiques des aliments eux-mêmes, et par les divers niveaux de tension secteur. Le secteur disponible varie suivant la région, et fluctue dans la journée, la tension étant plus basse aux heures de pointe de consommation.

Les micro-ondes pénètrent les aliments sur une profondeur d'environ 1,9 à 3,8 cm par toutes les surfaces : dessus, dessous et côtés. La zone des aliments située plus loin au centre chauffe par conduction, comme dans des fours conventionnels. Les aliments avec un important contenu d'eau, gras ou sucre répondent plus rapidement à l'énergie des micro-ondes.

Taille – Les petits morceaux cuisent plus vite que les gros. Pour accélérer la cuisson, coupez en morceaux de moins de 5 cm pour que l'énergie pénètre directement au cœur par tous les côtés. Pour que votre cuisson soit uniforme, coupez légumes, fruit et viande en morceaux de tailles égales.

Quantité – Les petites quantités cuisent plus vite que les grosses. Le temps de cuisson par micro-ondes est toujours proportionnel à la quantité de nourriture, en augmentant avec. Quand vous doublez les quantités d'une recette, augmentez la durée de cuisson habituelle d'environ la moitié et vérifiez le degré de cuisson.

Température de départ – Les surgelés ou les aliments réfrigérés prennent plus de temps à chauffer que ceux à température ambiante. Les durées de cuisson du livre sont pour des aliments à température ambiante. Comme les pièces, les réfrigérateurs et congélateurs ont des températures variables, vérifiez le degré de cuisson à la durée minimum préconisée.

Graisse et os – Le persillage dans la viande, ou une fiche couche régulière de gras sur un rôti attire l'énergie et accélère la cuisson. Videz les écoulements excessifs du plat au milieu de la cuisson pour la raccourcir. Les os sont conducteurs de chaleur, et la viande adjacente peut cuire plus vite que les autres parties.

Forme - Les aliments qui sont de forme irrégulière, comme les filets de poisson, les blancs de poulet ou les bâtonnets prennent plus de temps à cuire leurs parties épaisses. Pour aider à cuire également, placez les parties les plus épaisses à l'extérieur du plat, là où elles recevront plus d'énergie.

Contenu en eau – Les micro-ondes sont attirés par l'humidité. Les aliments contenant naturellement beaucoup d'eau se cuisent plus facilement que les secs. Ajoutez un minimum d'eau pour humidifier les aliments, l'excès ralentissant leur cuisson.

Densité – Les matières poreuses, comme le bifteck haché ou la purée de pommes de terre, se cuisent plus vite que les matières denses, comme les pièces de bifteck et les pommes de terre entières, car les micro-ondes les pénètrent plus facilement. Retournez les aliments denses à mi-temps de cuisson pour accélérer et égaliser la cuisson.

DÉCONGÉLATION DES ALIMENTS SURGELÉS

La décongélation des aliments avec le four à micro-ondes est non seulement plus rapide que toute autre méthode, c'est aussi celle qui donne les meilleurs résultats. Beaucoup de fours à micro-ondes sont conçus avec un réglage de décongélation automatique qui rend l'opération sûre, rapide et facile pour viandes et volailles.

Une fois la viande surgelée décongelée, elle commence à perdre ses jus. Le four à micro-ondes donne l'avantage de pouvoir décongeler la viande juste avant de la cuire, pour qu'elle conserve un maximum de sucs et de saveur.

La décongélation aux micro-ondes est facile, mais il faut un peu d'attention pour s'assurer que les cristaux de glace dans les tissus fondent sans pour autant entamer la cuisson. Le réglage moyen/bas (MEDIUM-LOW) à 30% est suffisamment rapide pour être adéquat, mais reste assez graduel pour donner de bons résultats. Au réglage moyen (MEDIUM) à 50% la viande se décongèle en un tiers de temps de moins mais cela nécessite plus d'attention.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

Placez le paquet enrobé de plastique ou papier du surgelé directement dans le four. Pour accélérer la décongélation enlevez cet emballage dès que c'est possible et couvrez l'aliment avec du papier paraffiné pour garder la chaleur et empêcher la perte d'humidité. Les feuilles enveloppantes doivent être ôtées.

Enlevez l'enveloppe de la dinde pour pouvoir sentir les points chauds pendant la décongélation. Les agrafes métalliques maintenant les pattes doivent être ôtées dès que possible. Commencez avec la poitrine vers le bas, protégez les zones déjà chaudes avec des petites bandes de papier d'aluminium et retournez la volaille après chaque quart du temps total.

Laissez la dinde reposer 20 à 30 minutes immergée dans de l'eau froide après sa décongélation, jusqu'à ce que les abattis et le cou puissent être enlevés, et que la chair sous les ailes soit totalement décongelée. La dinde peut être passée four à micro-ondes avec les attaches si elles sont difficiles à enlever.

ALIMENTS PRÊTS À L'EMPLOI

Comment décongeler bagels et muffins

Enveloppez le bagel ou le muffin surgelé dans du papier essuie-tout ou une serviette de table en papier. Passez au micro-ondes réglage MEDIUM (50%) juste pour réchauffer au toucher (environ 25-45 secondes pour un, 40-60 secondes pour deux). Fendez les bagels ou muffins pour les rôtir si vous le souhaitez.

Comment décongeler du concentré de jus d'orange ou de limonade

Enlevez la capsule métallique d'une boîte de 0,18 L (6 onces) de jus surgelé. Placez la droite dans le four à micro-ondes, activé pendant 30 à 90 secondes à réglage fort (HIGH 100%). Le concentré doit être ramolli mais pas chauffé. Versez le contenu dans un récipient et ajoutez-y de l'eau froide dans la proportion indiquée sur la boîte.

La plupart des aliments prêts à l'emploi incluent désormais des instructions pour micro-ondes, ce qui rend encore plus facile la dégustation de soupes, grignotines, boissons, plats cuisinés et desserts. Les instructions sur l'emballage sont généralement données pour un réglage fort (HIGH 100%), afin d'atteindre une rapidité et une efficacité maximales.

RÉCHAUFFAGE

Pour obtenir le plus de fraîcheur de goût, utilisez les niveaux de puissance recommandés dans le tableau.

Pâtes, riz et petits pains. Pour les restes de riz ou de pâtes, projetez l'équivalent d'une cuiller à soupe d'eau par tasse, et réchauffez à couvert. Pour réchauffer des petits pains ou des muffins, enrobez-les de papier essuie-tout et passez-les au four à micro-ondes pour qu'ils soient chauds au toucher, mais pas brûlants. Les pains se réchauffent en quelques secondes, une surchauffe les durcit et les assèche.

Viandes. Les tranches moyennes (6 mm) se réchauffent le mieux. Couvrez la viande de sauce pour empêcher le dessèchement. L'ensemble viande plus sauce doit être recouvert de papier paraffiné pour garder la chaleur. Les tranches de viande sans sauce peuvent être recouvertes de papier essuie-tout.

TABLEAU DE RÉCHAUFFAGE

ALIMENT	TEMP. DE DÉPART	DURÉE DE CUISSON MICROONDES	PROCÉDURE
Plat préparé 1 portion de viande 2 portions de légumes	Temp. Ambiante Réfrigéré	MEDIUM-HIGH (70%) 1-2,5 minutes 2,5-3,5 minutes	Mettez les grosses portions et les gros légumes sur l'extérieur. Couvrez de papier paraffiné.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

TABLEAU DE RÉCHAUFFAGE

ALIMENT	TEMP. DE DÉPART	DURÉE DE CUISSON MICROONDES	PROCÉDURE
Viande (morceaux de poulet, côtelettes, hambourgeois, tranches de pain de viande) 1 portion 2 portions	 Réfrigéré Réfrigéré	 MEDIUM-HIGH (70%) 1-2 minutes 2-4 minutes	Couvrez sans serrer avec du papier paraffiné
Tranches de viande Tranches de viande (bœuf, jambon, porc, dinde) 1 ou plusieurs portions	 Temp. Ambiante Réfrigéré	MEDIUM (50%) 1-1,75 minute/portion 1,5-2,5 minutes/portion	Couvrez de sauce ou de papier paraffiné. Vérifiez après 30 secondes par portion.
Daubes et plats de résistance remuables 1 portion 2 portions 4-6 portions	 Réfrigéré Réfrigéré Réfrigéré	 HIGH (100%) 1,75-3,5 minutes 3,25-5 minutes 6,5-7,5 minutes	Couvrez avec un couvercle en verre. Touillez à mi-cuisson.
Daubes et plats de résistance non remuables 1 portion 2 portions 4-6 portions	 Réfrigéré Réfrigéré Réfrigéré	 MEDIUM (50%) 4,5-7,5 minutes 7,5-11 minutes 12-15 minutes	Couvrez avec du papier paraffiné.
Soupe crèmée 1 tasse 1 boîte (1/3 L)	 Réfrigéré Temp. Ambiante	MEDIUM (50%) 2,75-5,5 minutes 5-7,5 minutes	Couvrez. Touillez à mi-cuisson.
Soupe claire 1 tasse 1 boîte (1/3 L)	 Réfrigéré Temp. Ambiante	HIGH (100%) 1,75-3 minutes 3,5-4,5 minutes	Couvrez. Touillez à mi-cuisson.
Pizza 1 tranche 1 tranche 2 tranches 2 tranches	 Temp. Ambiante Réfrigéré Temp. Ambiante Réfrigéré	HIGH (100%) 15-25 secondes 25-35 secondes 25-35 secondes 55-60 secondes	Placez sur du papier essuie-tout sur un plateau micro-ondable.
Légumes 1 portion 2 portions	 Réfrigéré Réfrigéré	HIGH (100%) 0,75-1,25 minutes 1,5-2 minutes	Couvrez. Remuez à mi-cuisson.
Pommes de terre au four 1 2	 Réfrigéré Réfrigéré	HIGH (100%) 1-2,5 minutes 2,5-3 minutes	Coupez la pomme de terre dans la longueur et plusieurs fois en travers. Couvrez avec du papier sulfurisé.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

TABLEAU DE RÉCHAUFFAGE

ALIMENT	TEMP. DE DÉPART	DURÉE DE CUISSON MICROONDES	PROCÉDURE
Petits pains (dîner ou petit déjeuner) 1 pain 2 pains 4 pains	 Temp. Ambiante Temp. Ambiante Temp. Ambiante	 HIGH (100%) 8-10 secondes 10-12 secondes 15-18 secondes	Enrobez un seul petit pain, bagel ou muffin dans du papier essuie-tout. Pour plusieurs à la fois mettez un papier essuie-tout sur le plat et un autre par-dessus les pains.
Tarte 1 tranche 2 tranches	 Réfrigéré Réfrigéré	 HIGH (100%) 30-45 secondes 1-1,5 minute	Placez les tranches sur un plat micro-ondable. Ne couvrez pas.

Après le réchauffage, les aliments peuvent être très chauds (jusqu'à 74° C). Si possible remuez-les aliments, couvrez-les et laissez-les reposer deux à trois minutes avant de les servir.

CUISSON DES LÉGUMES

LÉGUME	QUANTITÉ	PROCÉDURE DE CUISSON	DURÉE MICRO-ONDES HIGH (100%)	DURÉE DE REPOS À COUVERT
Artichauts Frais	2 moyens	Habiller et rincer. Récipient 2 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvercle en verre.	5-8 min.	5 minutes
Asperges Turions frais Turions surgelés	 450 g paquet 300 g	 Récipient 2 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvercle en verre. Déplacer après 3 minutes. Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvercle en verre. Déplacer après 3 minutes.	 4-7 min. 7-9 min.	 2 minutes 2 minutes
Haricots Verts et beurre frais Verts surgelés Lima surgelés	 450 g paquet 300 g paquet 300 g	 Morceaux de 3,8 cm dans récipient 2 L avec 1/4 de tasse d'eau. Couvrir et remuer 2 fois. Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvrir et remuer après 3 minutes. Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvrir et remuer une fois.	 9-13 min. 5-7 min. 6-9 min.	 2 minutes 2 minutes 2 minutes
Betteraves Fraîches entières	5 moyennes	Laver. Enlever 2,5 cm du haut. Mettre dans un récipient 2 L avec 1/4 de tasse d'eau.	12-18 min.	3 minutes

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

CUISSON DES LÉGUMES

LÉGUME	QUANTITÉ	PROCÉDURE DE CUISSON	DURÉE MICRO-ONDES HIGH (100%)	DURÉE DE REPOS À COUVERT
Brocoli				
Frais, tiges	450 g	Laver et placer dans récipient de 2 L sans eau, couvrir. Remuer après 3 minutes. Faire reposer sans couvercle.	6-8 minutes	3 minutes à découvert
Frais, bouquets	450 g		5-7 minutes	2 minutes à découvert
surgelés, tiges coupées, hachées	paquet 300 g	Mettre dans un récipient 1 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Remuer après 3 minutes. Faire reposer sans couvercle.	5-7 minutes	2 minutes à découvert
Choux Bruxelles				
Frais	4 tasses	Mettre dans un récipient 2 L avec 1/4 de tasse d'eau. Couvrir, remuer après 2 minutes.	6-8 minutes	3 minutes
Surgelés	paquet 300 g	Mettre dans un récipient 1 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir, remuer après 2 minutes.	6-8 minutes	3 minutes
Chou				
En lanières	450 g	Mettre dans un récipient 2 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir, remuer après 4 minutes.	8-12 minutes	2 minutes
En quartiers	450 g	Mettre dans un récipient 2 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir, remuer après 5 minutes.	12-14 minutes	3 minutes
Carottes				
Fraîches, rondelles	2 tasses	Récipient 1 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir. Remuer après 3 minutes.	5-8 minutes	3 minutes
Surgelées, rondelles	2 tasses	Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvercle en verre. Déplacer après 3 minutes.	5-7 minutes	3 minutes
Chou-fleur				
Fais, bouquets	2 tasses	Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvercle en verre. Déplacer après 2 minutes.	3-5 minutes	2 minutes
Surgelé, entier	675 g	Enlever feuilles et tige centrale. Récipient 2 L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir.	7-9 minutes	3 minutes
Surgelé, bouquets	paquet 300 g	Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvercle en verre. Déplacer après 3 minutes.	4-6 minutes	2 minutes

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

CUISSON DES LÉGUMES

LÉGUME	QUANTITÉ	PROCÉDURE DE CUISSON	DURÉE MICRO-ONDES HIGH (100%)	DURÉE DE REPOS À COUVERT
Maïs				
Frais, en épis	2 épis	Plat à tarte 23 cm avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir, déplacer après 4 minutes.	6-9 minutes	5 minutes
	4 épis	Récipient 2 L ovale ou rectangulaire avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir. déplacer après 4 minutes.	12-14 minutes	5 minutes
Surgelé, en épis	2 épis	Plat à tarte 23 cm avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir, déplacer après 4 minutes.	6-8 minutes	5 minutes
	4 épis	Récipient 2 L ovale ou rectangulaire avec 2 cuillers à	10-12 minutes	5 minutes
Surgelé, en grains	paquet 300 g	Récipient 1 L avec une soupe d'eau. Couvrir. Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvrir, remuer après 3 minutes.	4-6 minutes	2 minutes
Gombo				
Frais entiers	340 g	Récipient 1,5-2L avec 1/2 tasse d'eau. Couvrir, remuer après 3 minutes.	8-10 minutes	3 minutes
Surgelé, entier ou tranché	paquet 300 g	Récipient 1,5-2L avec 2 cuillers à soupe d'eau. Couvrir, remuer après 3 minutes.	6-8 minutes	3 minutes
Pois, à hile noir Surgelés	paquet 300 g	Mettre dans un récipient 2 L avec 1/4 de tasse d'eau. Couvrir, remuer après 4 minutes.	8-10 minutes	3 minutes
Pois, verts				
Frais	2 tasses	Mettre dans un récipient 1 L avec 1/4 de tasse d'eau. Couvrir, remuer après 3 minutes.	4-6 minutes	3 minutes
Surgelés	paquet 300 g	Récipient 1 L avec 1 cuiller à soupe d'eau. Couvercle en verre. Remuer après 2 minutes.	6-8 minutes	3 minutes
Pommes de terre				
Au four	2 moyennes	Piquer, placer sur du papier essuie-tout. Tourner et déplacer à mi-cuisson. Garder emballées dans du papier alu.	7-9 minutes	5-10 minutes
	4 moyennes		13-16 minutes	5-10 minutes
Cuites à l'eau	4 moyennes	Peler et couper en quartiers. Placer dans une casserole de 2 litres. Couvrir et remuer après 5 minutes.	9-12 minutes	3 minutes

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

CUISSON DES LÉGUMES

LÉGUME	QUANTITÉ	PROCÉDURE DE CUISSON	DURÉE MICRO-ONDES HIGH (100%)	DURÉE DE REPOS À COUVERT
Épinards				
Frais	450 g	Laver et parer. Mettre dans un récipient de 3 L couvert sans eau. Remuer après 3 minutes.	5-7 minutes	2 minutes
Surgelés, en feuilles ou hachés	paquet 300 g	Mettre dans un récipient de 1 L couvert sans eau. Remuer après 3 minutes.	6-8 minutes	2 minutes
Courge				
Reine de table, fraîche	1 entière	Piquer et mettre sur du papier essuie-tout. Retourner après 4 minutes.	7-10 minutes	5 minutes
Zucchini, frais tranché	2 tasses	Récipient 1 L sans eau couvert, remuer après 2 minutes.	2-4 minutes	1 minute
Surgelée, purée	paquet 300 g	Récipient 1 L sans eau couvert, briser et remuer après 2 minutes.	6-8 minutes	2 minutes
Patates douces				
Au four	2 moyennes 4 moyennes	Piquer et mettre sur du papier essuie-tout. Retourner et déplacer après 5 minutes.	5-9 minutes 10-13 minutes	5 minutes 5 minutes
Tomates				
Fraîches	2 moyennes 4 moyennes	Couper les tomates en 2, les mettre dans un plat rond couvert. Remuer une fois.	2-4 minutes 5-8 minutes	2 minutes 2 minutes
Légumes en conserve	450-480 g	Récipient 1L. Jeter tout le jus sauf 2 cuillers à soupe. Remuer une fois.	2-4 minutes	2 minutes

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

DEFROST (DÉCONGÉLATION)

Le mode « Defrost » décongèle automatiquement les aliments montrés dans le tableau de décongélation.

- Supposition : décongeler une tranche de viande de 2 livres (900 g).

1. Toucher une fois la commande DEFROST.
2. Sélectionner le type d'aliment voulu en actionnant la même commande DEFROST jusqu'à ce que son nom apparaisse. Ici appuyer 2 fois pour arriver à "steak".
3. Entrer le poids en composant **2** **0** sur les touches numériques.
4. Toucher la commande START.

Le four va s'arrêter et des instructions seront affichées. Suivre le message indiqué.

5. Après la première étape, ouvrir la porte. Retourner la tranche et protéger toutes les parties chaudes. Refermer la porte. Toucher la commande START.
6. Après la seconde étape, ouvrir la porte. Protéger toutes les parties chaudes. Refermer la porte. Toucher la commande START.
7. Après la fin du cycle de décongélation, couvrir et laisser reposer comme indiqué sur le tableau qui suit.

Remarque :

1. Si on essaye d'entrer plus ou moins que la valeur permise indiquée au tableau, un message d'erreur s'affiche.

2. La décongélation peut être programmée avec un réglage de durée en plus ou en moins. Voir en page 50.

3. Pour décongeler d'autres aliments ou ces aliments à des poids inférieurs ou supérieurs à ceux indiqués au tableau de décongéla tion, voir en page 17 : Décongélation manuelle.

TABLEAU DEFROST (DÉCONGÉLATION)

ALIMENT	QUANTITÉ	MARCHE À SUIVRE
1. Viande hachée	0,5 à 3,0 livres (0,3 à 1,3 kg)	Enlevez les morceaux décongelés après chaque étape. Laissez reposer à couvert pour 5 à 10 minutes.
2. Bifteck (côtelettes) (poisson)	0,5 à 4,0 livres (0,3 à 1,8 kg)	Après chaque étape de cycle de décongélation, réarrangez et protégez avec des petits morceaux lisses de feuille d'aluminium. Enlevez toute viande ou poisson presque décongelé. Laissez reposer couvert pour 10 à 20 minutes.
3. Poulet découpé	0,5 à 3.0 livres (0,3 à 1,3 kg)	Après chaque étape de cycle de décongélation, réarrangez ou enlevez toutes pièces chaudes ou décongelées. Laissez reposer couvert pour 10 à 20 minutes.

Remarque :

Vérifiez les aliments dès que le four émet un signal. Après l'étape finale, quelques petites parties restent quelquefois glacées. Laissez reposer pour terminer la décongélation. Ne pas décongeler avant que tous les cristaux de glace se soient dégivrés.

Couvrez ou protégez afin d'empêcher toute cuisson avant la décongélation au coeur de l'aliment. Appliquez des bandelettes lisses de feuille d'aluminium pour recouvrir les bords et les sections minces de l'aliment.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

SENSOR (CUISSON AU CAPTEUR)

Le capteur est un dispositif à semi-conducteur qui décèle la vapeur (humidité) émise par les aliments qui sont chauffés. Il permet de régler les durées de cuisson et la puissance de chauffe en fonction des divers aliments et de leur quantité.

Utilisation des réglages du capteur :

1. Après que le four ait été branché, attendre 2 minutes avant d'utiliser les paramètres du capteur.
2. S'assurer que l'extérieur du récipient de cuisson et l'intérieur du four sont bien secs. Essuyer toute trace d'humidité avec un linge sec ou du papier essuie-tout.
3. Réchauffer et Popcorn sont les seules commandes possibles dans la minute après cuisson, ouverture et fermeture de porte, ou action sur la commande STOP/CLEAR.
4. Durant la première partie de la cuisson au capteur, le nom de l'aliment apparaîtra à l'affichage. Ne pas ouvrir la porte et ne pas toucher STOP/CLEAR durant cette partie du cycle de cuisson. La mesure du taux de vapeur en serait interrompue. Si cela arrivait, un message d'erreur s'afficherait. Pour poursuivre la cuisson, actionner la commande STOP/CLEAR et sélectionner le temps de cuisson et la variable de puissance.

   Quand le capteur calibre la vapeur émise par l'aliment, la durée restante pour la cuisson de l'aliment apparaît. La porte peut être ouverte durant ce laps de temps, on peut alors remuer ou assaisonner les aliments au besoin.
5. Vérifier la température des aliments en fin de cuisson. Si du temps additionnel est nécessaire continuez la cuisson avec puissance et durée variables.
6. Si le capteur ne repère pas correctement la formation de vapeur pendant la cuisson du maïs, le four est arrêté, et l'heure exacte du moment est affichée. Si le capteur ne repère pas correctement la formation de vapeur en utilisant le réchauffage du capteur, ERROR sera affiché, et le four s'arrêtera.
7. Tout mode de cuisson au capteur peut être programmé avec des ajustements de temps en plus ou en moins. Voir en page 34.
8. Chaque aliment présente un temps conseillé. Pour plus d'information, presser sur HELP MENU quand le témoin est allumé.

Sélection d'aliments :

1. Le capteur fonctionne avec les aliments à température normale de conservation. Par exemple, les plats à réchauffer seront à la température du réfrigérateur, et les pommes de terre à rôtir seraient à température ambiante.
2. Les aliments pesant moins de 3 onces (90 g environ) doivent être réchauffés avec durée et puissance variables.

Couvercles d'aliments :

Il est recommandé de couvrir certains aliments. Reportez-vous au tableau.

1. Couvercle de cocotte
2. Film plastique : utilisez les produits recommandés pour la cuisine micro-ondes. Couvrez légèrement, en laissant environ 1/2 po à découvert pour permettre aux vapeurs de s'échapper. Le film plastique ne doit pas être en contact avec les aliments.
3. Papier ciré : recouvrez le récipient complètement ; repliez le papier sous le plat de cuisson pour le maintenir en place. Si le papier est plus étroit que le récipient, utilisez deux couches se chevauchant d'au moins 1 po.

Faire attention en enlevant tout couvercle à ce que la vapeur puisse s'échapper en ne partant pas vers soi.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

SENSOR REHEAT (CAPTEUR DE RÉCHAUFFAGE))

On peut réchauffer beaucoup d'aliments en ne touchant qu'une commande. Il n'est pas nécessaire de calculer la durée de réchauffage ni sa puissance.

- Supposition : du chili préparé doit être réchauffé.

Toucher la commande SENSOR REHEAT.

Lorsque le capteur perçoit les vapeurs émises par l'aliment, le temps de cuisson restant s'affiche.

POPCORN

- Supposition : un sac de maïs à popcorn de 3,5 onces (environ 100 g) doit être éclaté.

Appuyer une fois sur la commande POPCORN.

Ce réglage de capteur convient à la plupart des marques de popcorn à cuire aux micro-ondes. Faites quelques essais pour choisir votre marque préférée. Préparez un seul sac à la fois. Dépliez le sac et préparez selon le mode d'emploi fourni.

TABLEAU SENSOR (CAPTEUR)

ALIMENT	QUANTITÉ	MARCHE À SUIVRE
SENSOR REHEAT pommes de terre, légumes, plats préparés ou autres	4 à 36 onces	Placez dans un récipient ou cocotte légèrement plus grand que la quantité à réchauffer. Aplatissez le contenu si possible. Couvrez d'un couvercle, film plastique ou papier ciré. Couvrez de film plastique ou couvercle pour les quantités importantes ou les aliments à consistance épaisse tels que les ragoûts.
Soupes	1 à 4 tasses	Remuez si possible le plat réchauffé, qui doit être très chaud. Sinon, continuez à réchauffer à puissance et durée variables. Une fois remué, couvrez le plat et laissez reposer 2 ou 3 minutes.
Plats principaux et légumes en conserves	4 à 36 onces	Ajustez pour moins de temps en touchant Power Level deux fois pour de petites quantités de légumes en conserves.
POPCORN	Un seul sac à la fois	N'utilisez que du popcorn conditionné pour cuisson micro-ondes. Faites quelques essais pour choisir votre marque préférée. N'essayez pas de faire éclater les grains restés entiers. Ajustez par plus ou moins de temps si nécessaire, pour accommoder les grains plus mûrs ou les préférences de chacun.
	Sac de 3,0-3,5 onces (taille courante)	Appuyez une fois sur la commande Popcorn. Ce réglage fonctionne bien pour les sacs de cette taille. Appuyez deux fois sur la commande Popcorn dans les 2 secondes pour les sacs de taille snack.

SENSOR COOK (CUISSON AU CAPTEUR)

• Pour faire rôtir une pomme de terre :

1. Appuyez sur la commande SENSOR COOK (cuisson au capteur).

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

2. Sélectionnez le paramétrage voulu du capteur. Par exemple actionnez [1] cour cuire des pommes de terre au four.
3. Appuyez sur la commande START. Quand le capteur détecte la vapeur émise par l'aliment à cuire, la durée restante de cuisson apparaît.

TABLEAU SENSOR COOK (CUISSON AU CAPTEUR)

ALIMENT	QUANTITÉ	MARCHE À SUIVRE
1. BAKED POTATOES	1 à 8 moyennes	Percez. Placez sur le plateau tournant recouvert de serviette en papier. Après la cuisson, retirez du four, enveloppez de feuille d'aluminium et laissez reposer 5 à 10 minutes.
2. FROZEN VEGETABLES	1 à 8 tasses	Mettez sous couvercle ou film plastique. Après la cuisson, remuez et laissez reposer recouvert pendant 3 minutes.
3 FRESH VEGETABELS, SOFT Brocoli Choux de Bruxelles Chou Chou-fleur (en bouquets) Chou-fleur (entier) Épinards Zucchini Pommes cuites	 0,25 à 2,0 livres 0,25 à 2,0 livres 0,25 à 2,0 livres 0,25 à 2,0 livres 1 moyen 0,25 à 1,0 livres 0,25 à 2,0 livres 2 à 4 moyen	Lavez et placez dans un récipient. Ne pas ajouter d'eau si les légumes viennent d'être lavés. Posez un couvercle pour des légumes tendres, ou du film plastique pour une cuisson plus croquante. Remuez si possible avant de laissez reposer. Après la cuisson, laissez reposer recouvert de 2 à 5 minutes.
4. FRESH VEGETABELS, HARD Carottes en tranches Maïs en épi Haricots verts Courges, en dés Coupées en moitié	 0,25 à 1,5 livres 2 à 4 pièces 0,25 à 1,5 livres 0,25 à 1,5 livres 1 à 2	Placez dans une casserole. Ajoutez 1 à 4 cuillères à soupe d'eau. Posez un couvercle sur les légumes à cuisson tendre, ou du film plastique pour une cuisson plus croquante. Remuez si possible avant de laissez reposer. Après cuisson, laissez reposer recouvert de 2 à 5 minutes.
5. FROZEN ENTREES	6 à 17 onces	Utilisez pour les légumes surgelés prêts à servir. Les résultats seront bons dans la plupart des cas. Faites quelques essais pour trouver votre marque préférée. Défaites l'emballage extérieur et suivez les indications concernant les couvercles. Après la cuisson, laissez reposer recouvert de 1 à 3 minutes.
6. HOT DOGS	1 à 4 portions	Placez la saucisse dans son petit pain et enveloppez d'une serviette en papier.
7. BACON	2 à 6 tranches	Placez le bacon sur une assiette en carton recouverte d'une serviette en papier. Le bacon ne doit pas dépasser hors de l'assiette. Couvrez d'une serviette en papier.
8 FISH, SEAFOOD	0,25 à 2,0 livres	Disposez en rond sur un plat en verre peu profond (enroulez les filets afin qu'ils reposent sur leurs bords repliés). Recouvrez de film plastique. Après la cuisson, laissez reposer recouverts pendant 3 minutes.

MICRO-ONDES PARTICULARITÉS

RECETTES DE CUISSON AU CAPTEUR

Mousse aux canneberges

Pour 6 à 8 personnes

2	tasses de canneberges fraîches	500 ml
1	tasse d'eau	250 ml
3/4	tasse de sucre	175 ml
1	boîte (3 onces) de gélatine à l'orange	90 g
1/2	chopine de crème à fouetter, fouettée OU	250 ml
1	boîte (8 onces) de gamiture non laitière à dessert	230 g

1. Mélanger les canneberges, l'eau et le sucre dans un bol de 2 pintes/2l. Couvrir de papier ciré. Cuire au four en utilisant le réglage SENSOR REHEAT Moins. Égoutter les canneberges et conserver le jus.
2. Ajouter suffisamment d'eau pour obtenir 2 tasses/500 ml. Dissoudre complètement la gélatine dans ce jus chauffé. Couvrir de papier ciré. Cuire au four en utilisant le réglage SENSOR REHEAT Moins.
3. Ajouter les canneberges et laisser refroidir. Placer au réfrigérateur jusqu'à l'obtention d'un produit consistant. Napper alors les cannegerges de crème fouettée. Verser dans les bois à desserts avec une cuiller et garnir de crème fouettée. Conserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

Tranches de pommes glacées

Pour 6 à 8 personnes

1/4	tasse de cassonade	50 ml
3	c. à soupe de margarine ou de beurre	50 ml
2	c. à soupe de confiture d'abricots	30 ml
1/2	c. à thé de muscade moulue	2 ml
1/4	c. à thé de sel	1 ml
1/2	tasse de sucre	125 ml
3/4	tasse de jus d'orange	175 ml
1	c. à soupe de fécule de maïs	15 ml
4	pommes à cuire au four (environ 0,7 kg (1,5 lb)) pelées et couplées en 8 morceaux chacune	700 g
3	c. à soupe de pistaches vertes, hachées	50 ml

1. Mélanger la cassonade, la margarine et la confiture d'abricots dans un petit bol. Faire cuire au four en utilisant le réglage HIGH (100%) pendant 45 secondes à 1 minute, le temps nécessaire pour fondre la margarine et ramollir la confiture. Ajouter la muscade, le sel, le sucre, le jus d'orange et la fécule de maïs. Cuire au four de 4 à 6 minutes en utilisant le réglage HIGH (100%) jusqu'à épaississement, en remuant plusieurs fois.
2. Disposer les tranches de pommes dans un grand plat de service allant au four à micro-ondes. Napper les pommes de la préparation chaude. Bien couvrir d'une pellicule plastique percée de trous. Cuire au four en utilisant le réglage FRESH VEGETABLES : Tendres. Laisser refroidir 5 minutes avant de servir.
3. Parsemer de pistaches. Servir seul ou accompagné de crème glacée à la vanille ou d'un gâteau éponge.

Filets de plie

Pour 4 personnes

3/4	tasse de flocons de maïs	175 ml
3	c. à soupe de persil, haché	50 ml
2	c. à thé d'écorce de citron, râpée	10 ml
1/2	c. à thé de paprika	2 ml
1	livre de filets de plie	500 g
1	oeuf, légèrement battu	1
	Sauce tartare ou à coctail, optionnel	

1. Sur du papier ciré, mélanger les flocons de maïs, le persil, l'écorce de citron et le paprika. Tremper les filets dans l'oeuf battu, puis les enrober du mélange de flocons.
2. Placer le poisson dans un plat couvert allant au four à micro-ondes. Cuire en utilisant le réglage FISH, SEAFOOD.
3. Servir avec de la sauce tartare ou à coctail ou du fromage fondu.

CONVECTION AUTOMATIQUE FONCTIONS

Cette section du manuel d'opérations explique la préparation de 12 plats populaires utilisant les fonctions de grillade AUTO BROIL, de rôtissage AUTO ROAST et de four AUTO BAKE.

Après avoir sélectionné la fonction voulue, suivez les indications de l'affichage.

Pour des conseils pratiques, touchez simplement HELP lorsque le message d'aide HELP s'allume en affichage.

Attention : L'enceinte, la chambre, la porte le plateau tournant, les supports et les plats du four à micro-ondes deviennent chauds. Pour ÉVITER LES BRÛLURES, utilisez des gants épais pour four en enlevant les aliments ou le plateau tournant du four.

AUTO BROIL (VOÛTE AUTOMATIQUE)

AUTO BROIL fait griller automatiquement les hamburgers, le poulet en morceaux, les biftecks et les tranches de poisson.

- Pour faire griller deux hamburgers :

1. Actionnez la commande AUTO BROIL.
2. Sélectionnez le réglage voulu. Par exemple pour des hamburgers entrez **1**.
3. Entez la quantité au clavier numérique, par exemple **2**. Suivez les informations affichées pour la cuisson.

Pour avoir des hamburgers bien cuits ou saignants, actionnez la commande POWER LEVEL pour choisir respectivement More ou Less. Voir les réglages de plus ou moins de durée en page 50.

4. Touche START.

Après la fin du cycle de préchauffage de gril, le four s'arrête et des instructions sont affichées, suivez ce que dit le message. Ouvrez la porte et placez les hamburgers dans le four, refermez la porte.

5. Touche START.

Remarque :

1. AUTO BROIL peut se programmer avec un ajustement de plus ou moins de temps. Voir la page 48.

2. Si on essaye d'entrer plus ou moins que la valeur permise indiquée au tableau, un message d'erreur s'affiche.

3. Pour faire griller d'autres aliments ou des aliments de poids ou de chiffres inférieurs ou supérieurs aux valeurs établies dans le tableau ci-dessous, reportez-vous au tableau de cuisson au grilloir à convection.

TABLEAU AUTO BROIL (VOÛTE AUTOMATIQUE)

RÉGLAGE/ALIMENT	QUANTITÉ	GRILLE	MARCHE À SUIVRE
1. HAMBURGERS	1 à 8 pesant 1/4 de livre chacun	Inférieure	Choisissez ce réglage pour faire griller des hamburgers. Posez sur la grille inférieure.
2. CHICKEN PIECES (Morceaux de poulet)	0,5 à 3,5 livres	Inférieure	Disposez les morceaux sur la grille inférieure. Après cuisson, laissez reposer 3-5 minutes. La température doit être de 180˚ F sauf pour les blancs qui doivent être à 170˚ F.
3. STEAKS (Biftecks)	0,5 à 2,0 livres	Inférieure	Choisissez ce réglage pour faire griller des biftecks de 3/4 à 1 po d'épaisseur. Les biftecks individuels désossés cuisent uniformément. Posez les biftecks sur la grille inférieure. Touche POWER LEVEL une fois une cuisson à point et deux fois pour des biftecks saignants.
4. FISH STEAKS (Tranches de poisson)	0,5 à 2,0 livres	Inférieure	Choisissez ce réglage pour faire griller une tranche de poisson de 3/4 à 1 po d'épaisseur. Posez sur la grille inférieure.

CONVECTION AUTOMATIQUE FONCTIONS

AUTO ROAST (RÔTISSAGE AUTOMATIQUE)

AUTO ROAST fait automatiquement rôtir le poulet, la dinde, le blanc de dinde ou le porc.

- Pour faire rôtir un poulet de 2,5 livres :

1. Touche AUTO ROAST.
2. Sélectionner le réglage voulu. Par exemple pour le poulet entrez **1**.
3. Entrer le poids aux touches numériques, par exemple **2** **5** livres.
4. Touche START.

Après la fin du cycle de rôtissage à convection, une tonalité longue retentit. Suivre les consignes du message affiché.

Remarque :

1. AUTO ROAST peut se programmer avec un ajustement de plus ou moins de temps. Voir la page 50.

2. Si on essaye d'entrer plus ou moins que la valeur permise indiquée au tableau, un message d'erreur s'affiche.

3. Pour faire rôtir d'autres aliments ou des plats pesant plus ou moins que les poids donnés au tableau ci-dessous, vérifiez sur le tableau de rôtissage combiné.

TABLEAU AUTO ROAST (RÔTISSAGE AUTOMATIQUE)

RÉGLAGE/ALIMENT	QUANTITÉ	GRILLE	MARCHE À SUIVRE
1. CHICKEN (Poulet)	2,5 à 7,5 livres (1,2 à 3,1 kg)	Inférieure	À la fin du cycle, couvrir d'une feuille d'aluminium et laissez reposer 5 à10 minutes.
2. TURKEY (Dinde)	6,5 à 9,0 livres (3,0 à 4,0 kg)	Inférieure	Assaisonner au goût. Placer sur la grille inférieure. À la fin du cycle, couvrir d'une feuille d'aluminium et laissez reposer pendant 10 minutes. La température interne des blancs de dinde doit être de 170˚ F et de 180˚ F pour les autres pièces.
3. TURKEY BREAST (Blanc de dinde)	3,0 à 6,0 livres (1,4 à 2,7 kg)	Inférieure	Assaisonner au goût. Placer sur la grille inférieure. À la fin du cycle, couvrir d'une feuille d'aluminium et laissez reposer pendant 10 minutes. La température interne des blancs de dinde doit être de 170˚ F.
4. PORK (Porc)	2,0 à 3,5 livres (0,9 à 1,5 kg)	Inférieure	Le filet de porc désossé est recommandé pour sa cuisson uniforme. Placez sur la grille inférieure. Après la cuisson, retirez du four, couvrez d'une feuille d'aluminium et laissez reposer 5 à10 minutes. La température interne doit être de 160˚ F.

CONVECTION AUTOMATIQUE FONCTIONS

AUTO BAKE (SOLE AUTOMATIQUE)

AUTO BAKE automatiquement cuire au four les gâteaux, les carrés au chocolat, muffins, et frites.

- Supposition : cuisson au four d'un gâteau Bundt.

1. Touche AUTO BAKE.
2. Sélectionner le réglage voulu. Pour ce type de gâteau entrer **1**.
3. Touche START.

Remarque :

1. *AUTO BAKE peut se programmer avec un ajustement de plus ou moins de temps. Voir la page 50.*
2. *Pour cuire au four d'autres aliments, reportez-vous au tableau approprié.*

TABLEAU AUTO BAKE (SOLE AUTOMATIQUE)

RÉGLAGE/ALIMENT	QUANTITÉ	GRILLE	MARCHE À SUIVRE
1. BUNDT CAKE (Gâteau Bundt)	1 gâteau	Pas de support	Idéal pour préparation à gâteau toute prête ou votre propre recette. Suivre les recommandations ou la recette et placer l'appareil dans un moule à bundt beurré et fariné, enfourner. Laisser refroidir avant de décorer et servir.
2. COOKIES (Biscuits)	1 ou 2 moules à pizza	1 moule sans support 2 moules avec support haut	Idéal pour de la pâte à biscuit réfrigérée. Suivre les recommandations ou la recette et répartir la pâte dans un moule à pizza beurré et fariné. Les biscuits doivent faire environ 8 mm d'épaisseur et 5 cm de diamètre pour les meilleurs résultats. Enfourner à la fin du préchauffage. Laisser refroidir avant de servir.
3. MUFFINS	6-12 coupes, 1ou 2 moules à muffins	1 moule et pas de support. 2 moules et trépied haut	Idéal pour préparation à muffins toute prête ou votre propre recette pour 6-12 muffins moyens. Suivre les recommandations ou la recette et placer l'appareil dans un moule à muffins. Enfourner à la fin du préchauffage.
4. FRENCH FRIES (Frites)	90-680 g (3-34 onces), 1 ou 2 moules à pizza. Utiliser 2 moules si plus de 340 g	1 moule et pas de support. 2 moules et trépied haut	Utiliser des frites surgelées placées dans le moule à pizza. Il n'y a pas besoin de préchauffage pour les cuire. Pour des pommes allumettes actionner 2 fois POWER LEVEL pour entrer une durée de cuisson inférieure avant d'actionner la commande START.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Cette section vous fournit des instructions et procédures de cuisson spécifiques. Le four ne doit pas être utilisé sans le plateau tournant en place, et rien ne doit l'empêcher de tourner librement. Vous pouvez enlever la table tournante pour préchauffer le four, et pour préparer les aliments à cuire directement dessus.

Attention : L'enceinte, la chambre, la porte le plateau tournant, les supports et les plats du four à micro-ondes deviennent chauds. Pour ÉVITER LES BRÛLURES, utilisez des gants épais pour four en enlevant les aliments ou le plateau tournant du four.

CUISSON PAR CONVECTION

Le chauffage par convection fait circuler l'air chaud dans tout l'espace du four pour que les aliments deviennent rapidement dorés et croustillants de part en part. Ce four peut se programmer à dix températures différentes de cuisson par convection pour un maximum de 99 minutes, 99 secondes.

Cuire par convection

- Pour une cuisson de 20 minutes à 350˚ F :

1. Touche CONV./BAKE.
2. Sélectionner la température en actionnant la touche numérique **6** 350˚F.
3. Entrer la durée de cuisson en sélectionnant **2** **0** **0** **0** aux touches numériques.
4. Touche START.

Remarque : Si l'on souhaite connaître la température de four programmée, il suffit de toucher la commande CONV./BAKE. *La température s'affiche temps que le doigt reste sur cette touche.*

Préchauffage et cuisson par convection

Le four peut se programmer pour combiner les fonctions de préchauffage et de cuisson par convection. La convection peut être réglée à la même température que le préchauffage ou à une température plus ou moins élevée.

- Pour un préchauffage à 350˚ F suivi d'une cuisson de 25 minutes à 375˚ F par convection :

1. Touche PREHEAT.
2. Sélectionner la température en actionnant la touche numérique **6** 350˚F.
3. Touche CONV./BAKE.
4. Sélectionner la température en actionnant la touche numérique **7** 375˚F.
5. Entrer la durée de cuisson en sélectionnant **2** **5** **0** **0** aux touches numériques.
6. Touche START.

Quand le four atteint la température programmée, un signal sonore retentit 4 fois*. Le four s'arrête et des instructions à suivre sont affichées.

7. Ouvrir la porte, enfourner les aliments, refermer la porte. Actionner START.

* Si la porte du four n'est pas ouverte, le four va automatiquement garder cette température de préchauffage pendant 30 minutes. Après ce délai de maintien un signal sonore est émis et le four s'éteint.

Note:

1. Pour programmer un préchauffage seul, actionner la commande START après l'étape 2. Le préchauffage démarre, et quand le four atteint cette température programmée suivre le message indiqué.

2. Pour préchauffer et cuire à la même température, entrer la même température aux étapes 2 et 4.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Techniques en convection uniquement

Les aliments tout prêts, comme les gâteaux d'apéritif, pizzas, pâtés impériaux et viennoiseries se cuisent et brunissent rapidement en mode à convection uniquement. Suivez les indications des emballages pour les durées de cuisson conventionnelle.

Le préchauffage du four est nécessaire avec la cuisson à convection pour les pièces d'aliments petites à cuisson rapide (moins de 20 minutes). Les aliments nécessitant des cuissons au four plus longues sont à traiter avec le réglage LOW MIX.

La cuisson au four à deux niveaux permet de cuire à la fois deux plateaux de gâteaux, petits muffins ou pizzas. Les moules à four ronds sont d'excellents ustensiles pour beaucoup d'aliments à cuire avec convection.

Techniques de cuisson du pain au four

Le préchauffage du four n'est pas nécessaire. Enfournez un pâton pour 25 minutes ou deux pour 30 minutes au réglage LOW MIX. Après ce temps de cuisson le pain doit être doré et sonner creux au toucher. Ne laissez pas ensuite le pain dans le four, sortez-les immédiatement pour refroidir sur une grille.

Vérification de la pâte. Utilisez votre propre recette ou de la pâte surgelée. Placez le pâton dans un récipient bien graissé ou un moule à pain. Couvrez avec un linge humide. Mettez au four à réglage SLOW COOK* à 38° C (100° F) pendant 30-45 minutes. La pâte surgelée demande plus de temps, 2-2-3/4 heures. La pâte a doublé quand l'impression demeure après que les doigts se soient enfoncés de 1,25 cm dans la pâte (*il est nécessaire de changer la température sur SLOW COOK).

Tresse ou autres formes. Sortez le plateau tournant du four. Façonnez le pain, en tressant directement sur le plateau. Il n'y a pas besoin de préchauffage. Faites cuire pendant 3/4 du temps de votre recette traditionnelle au réglage LOW MIX.

Techniques des tartes

Tarte à la crème. Cuisez à l'avance et laissez refroidir l'enveloppe de tarte comme indiqué précédemment. Remplissez avec la crème non cuite. Sans préchauffage, faites cuire la tarte sur un moule à four rond placé sur le trépied de gril pendant 30-35 minutes sur LOW MIX* à 163° C (425° F). Si la crème n'est pas complètement cuit, laissez reposer dans le four éteint quelques minutes de plus (*il est nécessaire de changer la température sur LOW MIX).

Fond de tarte. Utilisez un mélange tout prêt, de la pâte surgelée ou votre propre recette pour un fond de tarte simple. Piquez la pâte étalée dans le moule à la fourchette. Préchauffez le four à 218° C (425° F). Placez le moule à tarte sur le trépied de gril. Faites cuire 8-10 minutes avec convection, ou jusqu'à ce que la pâte commence à dorer. Laissez refroidir et garnissez.

Tarte à la crème surgelée préparée. Préchauffez le four à la température indiquée sur l'emballage du produit. Placez la tarte sur le trépied du gril. Faites cuire pendant les trois quarts de la durée indiquée à la température indiquée, en utilisant le réglage LOW MIX. Si le remplissage n'est pas complètement cuit, laissez reposer dans le four éteint quelques minutes de plus.

Tarte aux fruits surgelée toute prête. Ne préchauffez pas le four. Enfournez sur le trépied de gril. Utilisez le réglage HIGH MIX* à 190° C (375° F). Faites cuire 35 minutes pour un diamètre de 20 cm, 40-45 minutes pour 23 cm (*il est nécessaire de changer la température sur HIGH MIX).

Tartes à double croûte ou avec croûte de recouvrement. Préparez la tarte comme pour une cuisson au four traditionnel. Faites des fentes sur la croûte du dessus de la tarte. Préchauffez le four à 204° C (400° F) et enfournez sur le trépied de gril. Faites cuire la tarte à double croûte ou à croisillons 25-35 minutes au réglage HIGH MIX* à 204° C (400° F). Faites cuire la tarte avec émiettement sur le dessus 20-25 minutes au réglage HIGH MIX* à 204° C (400° F) (*il est nécessaire de changer la température sur HIGH MIX).

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Tableau de cuisson au four avec convection

Aliment (moins de 25 minutes de cuisson)	Durée et température de cuisson
Gâteaux d'apéritif : dorés prêts à servir, pâte	Suivre les indications de l'emballage.
Gâteaux : votre recette, mélange ou réfrigéré	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.
Biscuits : Roulés, réfrigérés, formés ou moulés	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.
Bâtonnets de poisson : surgelé	Suivre les indications l'emballage.
Gâteaux fourrés : votre recette ou mélange.	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.
Muffins : votre recette ou mélange	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.
Pizza : votre recette ou surgelé	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.
Soufflés : votre recette ou surgelé	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.
Petits pains : votre recette, paquet ou réfrigéré	Suivre les indications de la recette ou de l'emballage.

Techniques de gâteaux

Gâteaux à étages. Utilisez du mélange tout prêt ou votre propre recette habituelle. Suivez les indications de la recette ou de l'emballage pour le préchauffage et la cuisson. Utilisez le trépied de cuisson au four et le plateau tournant pour cuire deux étages en même temps, en mode AUTO BAKE.

Babas ou gâteaux Bundt. Ne préchauffez pas le four. Placez le gâteau sur le trépied du gril. Faites cuire pendant les trois quarts de la durée indiquée à la température indiquée, en utilisant le réglage LOW MIX. S'il se produit un arc avec le moule à baba cannelé, placez un plat résistant aux micro-ondes et à la chaleur entre le moule et le trépied de gril.

Gâteau des anges. Ne préchauffez pas le four. Faites cuire votre propre préparation ou un mélange tout prêt de 25 à 30 minutes sur LOW MIX, ou jusqu'à ce que la croûte devienne bien dorée et semble bien sèche dans le moule à gâteau des anges.

Quatre quarts et pains éclairs. Ne préchauffez pas le four. Faites cuire pendant les trois quarts de la durée indiquée sur la recette ou le mélange en réglage LOW MIX. Testez la cuisson à la durée minimum. Si le gâteau n'est pas cuit, laissez-le encore quelques minutes dans le four.

Guide de cuisson combinée

ALIMENT	MARCHE À SUIVRE
Gâteaux : votre recette ou mélange	
• Baba ou gâteau Bundt**	• Faites cuire sur le trépied de gril à LOW MIX 3/4 du temps de la recette .
• Gâteau des anges	• Cuisez au four à LOW MIX de 25 à 30 minutes.
• Quatre quarts et pain éclair	• Faites cuire à LOW MIX 3/4 du temps de la recette .
Barres de gâteaux : votre recette ou mélange	• Faites cuire à LOW MIX aux trois quarts du temps recommandé ou jusqu'à ce qu'une pique en bois enfoncée à cœur ressorte propre.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Tableau de cuisson au four combinée

ALIMENT	MARCHE À SUIVRE
Tartes	
• Croûte simple : cuite avant garniture, votre recette, mélange ou surgelé	• Piquez la pâte avec une fourchette. Préchauffez à 218° C (425° F), enfournez sur le trépied de gril 8-10 minutes ou jusqu'à la dorure légère. Laissez refroidir avant de garnir.
• Croûte double	• Préchauffez à 204° C (400° F). Faites cuire sur le trépied de gril 25-35 minutes sur HIGH MIX* à cette température.
• Emiettement sur le dessus	• Préchauffez à 204° C (400° F). Faites cuire sur le trépied de gril 25-25 minutes sur HIGH MIX* à cette température.
• Tarte à la crème	• Précuisez comme pour une croûte simple, Laissez refroidir. Garnissez avec l'appareil non cuit. Faites cuire à LOW MIX* 163° C (325° C) dans un moule rond sur le trépied de gril 35 minutes. Laissez un peu plus au four si la cuisson est incomplète.
• Tarte aux pacanes	• Préchauffez à 177° C (350° F). Faites cuire à LOW MIX* 25-30 minutes.
• Tarte aux fruits surgelée	• Enfournez sur le trépied de gril et faites cuire à HIGH MIX * à 190° C (375° F) 30-40 minutes.
• Tarte à la crème surgelée	• Préchauffez le four à la température indiquée sur l'emballage. Enfournez sur le trépied de gril et cuisez aux trois quarts du temps indiqué à LOW MIX à la température indiquée. Si la cuisson est incomplète laissez au four quelques minutes de plus.
Pains	
• Classique : votre recette ou surgelé, décongelé et fermenté à nouveau	• Cuisez à LOW MIX 25-30 minutes pour 2 pains.
• Tresse ou autre forme	• Enlevez le plateau tournant du four. Placez-y directement le pain. Cuisez à LOW MIX les 3/4 du temps habituel.
• Muffins : gros, style boulangerie	• Cuisez à LOW MIX les 3/4 du temps de l'emballage ou de la recette.
Desserts	
• Tarte au fromage blanc	• Cuisez à LOW MIX les 3/4 du temps de la recette ou jusqu'à la bonne cuisson du centre.
• Craquants et pavés	• Cuisez à LOW MIX les 3/4 du temps de la recette.
** En cas d'arcs, placez un plat résistant à la chaleur (plat à tarte en Pyrex®, plateau à pizza en verre ou assiettes de cuisine) entre le bac et le trépied de gril.	
* Il est nécessaire de changer la température sur HIGH MIX et LOW MIX.	

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Gâteau renversé à la poire et aux épices

Pour 12 personnes

Convection, plateau tournant, trépied haut

Un dessert élégant à confectionner.

- 1 mélange pour gâteau aux épices
- 2 poires pelée, épépinées et coupées en 12 rondelles
- 1 tasse de sucre roux
- 1 morceau de beurre fondu
- 8 cerises au marasquin coupées en deux

1. Préparez le mélange pour gâteau aux épices, comme indiqué sur l'emballage.
2. Préparez deux moules à gâteaux de 23 cm, divisez et répartissez dedans le beurre fondu et le sucre roux.
3. Préparez les poires, en les pelant, les coupant en deux, en enlevant pépins et tige. Placez-les sur la surface de coupe et coupez-les de la partie large vers la pointe en tranches de 6 mm d'épaisseur. Disposez-les en cercle dans les moules, côtés larges vers le bord.
4. Placez trois demies cerises au marasquin au centre avec leur partie bombée sur le fond des moules. Tronçonnez les autres cerises en huit et placez un morceau entre chaque tranche de poire.
5. Répartissez la pâte dans les deux moules.
6. Placez **le trépied haut** sur l**a table tournante**, disposez les moules au centre de la table et du trépied. Refermez le four.
7. Actionnez le préchauffage (PREHEAT), sélectionnez 6 350°F , et pour la cuisson CONV. et la température 6 350°F , puis sélectionnez 4 5 0 0 pour 45 minutes de cuisson. Vérifiez à 40 minutes et poursuivez jusqu'à la fin si la cuisson n'est pas suffisante.
8. Laissez refroidir 5 minutes sur grille.
9. Renversez en démoulant sur le plat de service pour donner deux jolis gâteaux façon Tatin. Surmontez de crème Chantilly ou de glace à la vanille à votre goût. Surprenez famille et amis par votre créativité.

Strata de fête au fromage

Pour 6 personnes

Convection, trépied bas

Un plat élégant et rapide à faire.

- 1 tasse de lait
- 1 tasse (120 g) de fromage cheddar finement haché
- 1/4 tasse (30 g) de parmesan râpé
- 1/4 cuiller à café de moutarde sèche
- 1/2 teaspoon salt
- 1 pincée de poivre de Cayenne
- 3 jaunes d'œufs
- 2 tasses de pain de mie en cubes
- 1 cuiller à café d'huile
- 1/2 tasse d'oignon, haché sauté
- 1/2 tasse de poivron rouge sauté
- 1/2 tasse de poivron vert sauté
- 120 g champignons de Paris
- 3 blancs d'œufs, battus et montés mais pas secs
- 1 grosse tomate coupée en 6 tranches

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Préchauffez en CONVECTION à 163° C (325° F)

1. Faites bouillir le lait. Ajoutez-y le cheddar, le parmesan, la moutarde, le sel et le poivre. Touillez pour faire partiellement fondre le fromage. Ajoutez les cubes de pain, incorporez les jaunes d'œufs.
2. Faites sauter les poivrons vert et rouges, l'oignon et les champignons dans une poêle à frire avec de l'huile chaude.
3. Montez les blancs d'oeufs en neige. Incorporez-les dans la préparation au fromage jusqu'à obtenir une couleur uniforme.
4. Vaporisez un plat à gâteaux de 23 cm avec de l'huile végétale. Répartissez dedans la préparation et les ingrédients, en plaçant les rondelles de tomate sur le dessus autour du bord.
5. Actionnez la touche CONV. et [5 325°F] et entrez une durée maximale de 40 minutes. Vérifiez la cuisson à 35 minutes, si c'est insuffisant refermez et laissez cuire jusqu'à la fin des 40 minutes. Une lame de couteau plongée au cœur de la Strata doit ressortir propre.
6. Servez chaud.

Pour varier, vous pouvez ajouter à la recette du bacon, du poulet, du jambon, ou divers légumes comme pois, brocoli et asperges, pour faire un plat bien adapté à un brunch.

BROIL (Gril)

Le préchauffage est automatique quand le mode BROIL est sélectionné. Seul le temps réel de cuisson est entré, le four signale quand il a atteint le préchauffage à 232° C (450° F). La température du four ne peut pas être modifiée. Utiliser ce mode de cuisson pour les tranches, côtelettes, morceaux de poulet et beaucoup d'autres pièces. Se reporter au tableau de cuisson au gril à convection dans le livre de cuisine.

- Supposition : griller une tranche de viande 15 minutes.

1. Touche BROIL.
2. Entrer la durée de cuisson en sélectionnant [1][5][0][0] aux touches numériques.
3. Actionner la commande START sans aliments dans le four.

Quand le four atteint la température programmée, un signal sonore retentit 4 fois*.

4. Ouvrir la porte du four, enfourner les aliments et refermer la porte. Actionner la commande START.

* Si la porte du four n'est pas ouverte, le four va automatiquement garder cette température de préchauffage pendant 30 minutes. Après ce délai de maintien un signal sonore est émis et le four s'éteint.

Remarque :

1. Le préchauffage de gril prend de 7 à 10 minutes, en fonction de la température de la pièce et de la puissance disponible.

2. Bien que la durée soit en général fixée pour le temps maximum de grillage, vérifier toujours les aliments au bout du temps minimum recommandé dans le tableau du livre de cuisine. Cela éliminera le besoin de reprogrammer complètement le four si du temps additionnel était nécessaire. Refermer simplement la porte du four et réactiver Start/Touch On pour reprendre jusqu'à la fin du temps maximum.

3. Si plus de temps de gril est nécessaire, reprogrammer dans la minute qui suit la fin pour éliminer le préchauffage.

Attention : L'enceinte, la chambre, la porte le plateau tournant, les supports et les plats du four à micro-ondes deviennent chauds. Pour ÉVITER LES BRÛLURES, utilisez des gants épais pour four en enlevant les aliments ou le plateau tournant du four.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

SLOW COOK (Cuisson lente)

Le mode SLOW COOK est préréglé à 149° C (300° F) pendant 4 heures. La température peut être modifiée pour être inférieure. La durée de cuisson ne peut pas être changée. Ce mode est utilisé pour des aliments comme haricots au four ou tranche de viande ferme marinée.

- Supposition : abaissement de la température de 300° F à 275° F.

1. Actionner la commande SLOW COOK.
2. Actionner de nouveau SLOW COOK si la température de consigne 300° F doit être changée.
3. Actionner la touche de température **3** 275°F .
4. Actionner la commande START.

Remarque : Si la température ne doit pas être changée, omettre les étapes 2 et 3.

Tableau de gril avec convection

PIÈCE	POIDS/ÉPAISSEUR	TEMPS DE CONVECTION
Bœuf		
Bifteck de faux-filet	1,9-2,5 cm 210-240 g pièce	Saignant : 10-13 minutes À point : 14-16 minutes Bien cuit : 17-20 minutes
Biftecks : surlonge, aloyau, contre-filet, Faux-filet	2,5-3,8 cm 210-240 g pièce	Saignant : 10-13 minutes À point : 14-18 minutes Bien cuit : 19-25 minutes
Steak de qualité inférieure	2,5 cm	Saignant : 12-14 minutes À point : 15-18 minutes Bien cuit : 19-23 minutes
London broil (farci)	2,5-3,2 cm 1,1 à 1,35 kg	Saignant : 23-25 minutes À point : 26-30 minutes
Hambourgeois	112 g chaque	À point : 13-15 minutes Bien cuit : 18-20 minutes
Porc		
Pièce de filet	1,9-2,5 cm	Bien cuit : 16-20 minutes
Bacon	Tranches standard Tranches épaisses	4-5 minutes 7-8 minutes
Saucisse : chair Fraîches	Galettes : 1,2 cm et 240-450 g Chapelets : 240-450 g	8-10 minutes 8-10 minutes
Jambon tranché cuit	1,9 cm	10-12 minutes
Frankfort	450 g	5-7 minutes

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Tableau de gril avec convection

PIÈCE	POIDS/ÉPAISSEUR	TEMPS DE CONVECTION
Agneau Côtelettes : côte, longe ou noix	1,9 cm 90-120 g pièce	À point : 12-14 minutes Bien cuit : 15-17 minutes
Poulet À griller ou frire, demi, quart ou morceau	450 à 1 350 g	25-35 minutes
Poisson Filets	0,6 à 1,9 cm	6-7 minutes
Darnes	1,9 cm	12-14 minutes

Vérifiez le temps maximum de grillage sur le tableau précédent. Programmez le four pour la durée de gril (BROIL) maximale ou 232° C (450° F), suivez les instructions pour ce mode de cuisson. Assaisonnez et fendez le gras à intervalles de 2,5 cm. Quand vous percevez la signalisation sonore, le four est préchauffé, enfournez alors rapidement les aliments.

Vaporisez le trépied et le plateau tournant d'huile de cuisson anti-adhésion pour faciliter le nettoyage. Ne recouvrez pas le trépied de feuille d'aluminium car cela bloque la circulation de l'air qui assure la cuisson.

Cuisez pour la durée minimum recommandée dans le tableau, puis testez le degré de cuisson. La durée nécessaire dépend de l'épaisseur et du poids de la pièce de viande et du degré de cuisson voulu. Il n'est pas nécessaire de retourner la viande car l'air en circulation la cuit de tous les côtés.

Grillez les aliments à l'avance, si vous le souhaitez, puis tranchez-les. Les portions individuelles peuvent être réchauffées si nécessaire aux micro-ondes avec réglage MEDIUM (50 %).

Champignons farcis garniture hawaïenne

Apéritif – pour >20 personnes

Griller

- 450 g champignons de Paris frais, moyens à gros
- 250 cl fromage crème onctueux
- 120 g crevettes décortiquées ou chair de crabe
- 250 cl chair d'ananas écrasée et égouttée
- 1/4 cuiller à café de sel à l'ail
- 2 cuillers à soupe de ciboulette hachée finement
- 1/4 cuiller à café de sel à l'ail
- 1/4 cuiller à café d'éclats de piment de Cayenne
- 1 cuiller à soupe d'huile d'olive
- 1/2 tasse de chapelure sèche

1. Lavez et séchez les champignons, ôtez leurs queues (à garder pour soupe ou ragoût). Si vous utilisez des crevettes roses, mettez-en de côté autant que de têtes de champignons pour la garniture.
2. Mélangez ensemble le fromage crème, les crevettes ou le crabe, l'ananas, la ciboulette, le sel à l'ail et le poivron rouge.
3. Ajoutez l'huile d'olive et la chapelure, pour l'imprégner.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

4. Préchauffez le four en convection pendant 5 minutes. Activez BROIL en définissant une durée de 5-7 minutes, puis activez START.
5. Remplissez les chapeaux de champignons à la cuiller avec la préparation au fromage. Trempez les chapeaux pleins dans la chapelure. Posez la petite crevette décorative sur le dessus, et enfoncez-la dans le mélange de fromage et chapelure.
6. Enfournez sur le trépied bas. Placez-la sur la table tournante, actionnez BROIL, fixez une durée de 5 minutes. Vous pouvez rajouter du temps de cuisson si les champignons ne sont pas assez chauds.
7. Servez chaud à l'apéritif.

Ailes de poulet Teriyaki au sésame

Apéritif – pour >20 personnes

Griller – trépied bas

1,10	kg ailes de poulet
1/2	tasse de sauce de soja
1/2	tasse de xérès
1	cuiller à soupe d'huile de sésame
1/4	cuiller à café de poivre noir moulu
1/2	cuiller à café de poivre de Cayenne
1	cuiller à café de fumée de noyer
1/2	tasse de sucre roux
2	cuillers à soupe de fécule de maïs
2	cuillers à soupe de graines de sésame

1. Coupez les extrémités des ailes de poulet et jetez-les, coupez à l'articulation, lavez.
2. Dans une mesure de dosage micro-ondable ajoutez la sauce de soja, le xérès, l'huile de sésame, le poivre noir et de Cayenne et la fumée liquide de noyer.
3. Mélangez dans un grand bol le sucre roux et la fécule de maïs, jusqu'à l'harmonisation de la couleur. Ajoutez à la préparation liquide. Passez au four à micro-ondes sur HIGH de 3 à 5 minutes, jusqu'au début d'épaississement, en ouvrant pour mélanger chaque minute.
4. Mettez le poulet dans un grand bol et versez dessus le liquide chaud pour le recouvrir. Laissez marinez 2 heures à couvert, en remuant de temps en temps.
5. Utilisez le trépied bas, vaporisez avec de l'huile végétale. Placez-y les ailes de poulet. Saupoudrez-les avec les graines de sésame. Faites griller 35 minutes : actionnez BROIL, sélectionnez 3 5 0 0 minutes et actionnez START. La couleur doit devenir d'un joli doré. Il n'est pas nécessaire de retournez les ailes, elles vont dorer des deux côtés.

Servez chaud comme amuse-gueule avec une pile de serviettes en papier, c'est délicieux.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

CUISSON AVEC COMBINAISON AUTOMATIQUE

Ce four a deux réglages préprogrammés qui permettent une cuisson facile avec à la fois automatiquement la chaleur en convection et les micro-ondes.

	Température de four	Puissance micro-ondes
High mix/Roast (Combinaison forte/rôtissage)	149˚ C (300˚ F)	30 %
Low mix/Bake (Combinaison faible/cuisson)	177˚ C (350˚ F)	10 %

À l'exception des aliments qui se cuisent mieux avec simplement la chaleur par convection, la plupart des aliments bénéficient d'une cuisson hybride à combinaison faible ou forte d'appoint micro-ondes.

Le mariage de ces deux méthodes de cuisson donne des viandes juteuses, non desséchées et tendres, et des pains à texture fine, avec juste la bonne dose de doré et de croustillant.

Les températures peuvent être modifiées, mais pas la puissance des micro-ondes.

La température du four peut être fixée de 38 à 232° C (100-450° F). Il faut pour cela actionner un mode de combinaison High ou Low, puis actionner de nouveau cette même commande. Quand l'affichage montre SELECT TEMP, toucher niveau de température voulue. Par exemple la séquence d'actions peut être pour une température de 190° C (375° F) : HIGH MIX, HIGH MIX, **7**.

Pour cuire avec combinaison automatique

- Supposition : cuisson au four de 25 minutes en combinaison faible.

1. Actionner la commande LOW MIX/BAKE.
2. Entrer la durée de cuisson en sélectionnant **2** **5** **0** **0** aux touches numériques.
3. Actionner la commande START.

Pour préchauffer et cuire avec combinaison automatique

Votre four peut être programmé pour combiner les opérations successives de préchauffage et de cuisson à combinaison automatique. On peut préchauffer à la même température que la valeur prédéterminée pour la combinaison ou fixer la valeur de préchauffage.

- Supposition : Préchauffage à 350° F et cuisson de 25 minutes à 325° F en combinaison LOW MIX/ BAKE:

1. Actionner la commande PREHEAT.
2. Actionner la commande de température **6** 350˚F .
3. Actionner la commande LOW MIX..
4. Actionner de nouveau LOW MIX pour modifier la température de cuisson.
5. Actionner la commande de température **5** 325˚F .
6. Entrer la durée de cuisson en sélectionnant **2** **5** **0** **0** aux touches numériques.
7. Actionner la commande START.

Quand le four atteint la température programmée, un signal sonore retentit 4 fois*. Le four s'arrête et des instructions à suivre sont affichées.

8. Ouvrir la porte, enfourner les aliments, refermer la porte. Actionner START.

* Si la porte du four n'est pas ouverte, le four va automatiquement garder cette température de préchauffage pendant 30 minutes. Après ce délai de maintien un signal sonore est émis et le four s'éteint.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Remarque : Pour programmer un préchauffage seul, actionner la commande START après l'étape 2. Le préchauffage démarre, et quand le four atteint cette température programmée suivre le message indiqué.

Conseils utiles pour cuisson par convection et combinaison automatique

Votre four à micro-ondes et convection peut cuire n'importe quels aliments parfaitement du fait des nombreuses façons possibles de cuire : micro-ondes uniquement, mélange automatique, convection uniquement ou gril. Ce guide d'utilisation et d'entretien vous dit comment programmer le four, avec des instructions pertinentes, des conseils, des tableaux et des recettes.

Le four ne peut pas être utilisé sans que le plateau tournant soit en place. Ne bloquez jamais le mouvement de ce plateau.

Cuisson par convection :

1. Durant le préchauffage, le plateau tournant peut rester en place ou être enlevé. Quand vous utilisez le trépied du haut pour une cuisson à deux trépieds dans un four préchauffé, il est plus facile d'enlever le plateau tournant durant le préchauffage.

   Placez le trépied du haut sur le plateau tournant avec les aliments. Quand le préchauffage est terminé ouvrez la porte du four et mettez rapidement en place le plateau tournant, le trépied du haut et les aliments à cuire.

2. Ne couvrez pas le plateau tournant, le trépied bas ou le haut, avec du papier d'aluminium. cela interfère avec la circulation de l'air qui permet la cuisson des aliments.

3. Les moules à pizza ronds sont d'excellents ustensiles de cuisson pour beaucoup d'aliments à cuire avec convection. Choisissez des moules n'ayant pas de poignées qui dépassent, de 25, 30 et 35 cm de diamètre.

4. L'utilisation du trépied bas avec préchauffage donne une apparence grillée aux steaks, hot dogs, etc.

Cuisson par mélange automatique :

1. Les viandes sont meilleures quand elles sont rôties directement sur le trépied bas. Un plat peut être placé sous la viande si on veut utiliser les écoulements pour une sauce.

2. Les pièces de viande moins tendres peuvent être rôties et attendries en utilisants des sacs de cuisson au four.

3. En cuisant au four vérifiez le degré de cuisson à la fin de la durée prévue. Si elle est incomplète laissez reposer quelques minutes à four pour la terminer.

Remarque : Durant la cuisson mixte certains ustensiles de cuisson métalliques peuvent causer des arcs en entrant en contact avec les parois du four ou les trépieds accessoires. Un arc est une décharge d'électricité qui survient quand les micro-ondes entrent en contact avec du métal.

En cas d'arcs, placez un plat résistant à la chaleur (plat à tarte en Pyrex®, plateau à pizza en verre ou assiettes de cuisine) entre le bac et le trépied. Si le phénomène d'arcs arrive avec d'autres ustensiles de cuisson au four, arrêtez leur utilisation dans le mode de cuisson mixte.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Pizza à la saucisse fumée

Pour 6 à 8 personnes

Mode Low Mix – Trépied du bas

Fond

3	tasses de mélange pour pâte à pain
3/4	tasse de lait
1	œuf

Garniture

4	œufs
450	g saucisse fumée cuite coupée en rondelles de 1,2 cm
250	g fromage crème onctueux
1	tasse de fromage cheddar en tranches fines
2	oignons verts en en tranches fines
1/8	cuiller à café de sel et de poivre

1. Mélangez ensemble tous les éléments pour préparer le fond dans un bol moyen. Pétrissez la pâte sur une planche farinée 10 à 12 fois. Vaporisez de l'huile végétale sur un moule à pizza de 35 cm.
2. Étalez la pâte, et répartissez-la de façon égale dans le moule en vous aidant des mains ou d'une cuiller en bois, en partant du centre pour aller vers les bords.
3. Actionnez la touche de préchauffage (PREHEAT), appuyez sur **6** 350°F , actionnez LOW MIX, entrez la durée **2 0 0 0**, et actionnez la touche de démarrage START. Cela va démarrer le préchauffage et sélectionner votre programme pour la cuisson.
4. Dans un mixeur battez les œufs avec le fromage crème onctueux, jusqu'à l'obtention d'un appareil lisse, ajoutez sel et poivre.
5. Placez les rondelles de saucisse à 1,2 cm du périmètre du fond, en pressant vers les bords pour former une lèvre autour de la pizza, et répartissez également le reste de la saucisse pour garnir le centre de la pâte.
6. Versez l'appareil sur la pâte jusqu'à 2,5 cm des bords.
7. Saupoudrez avec le cheddar et les oignons verts.
8. Quand la cloche retentit 4 fois le four est préchauffé. Placez le moule à pizza garni sur le trépied bas, puis actionnez START. Le four est programmé pour s'arrêter après 20 minutes.

Cette recette peut être diminuée par deux pour confectionner moins de portions, en utilisant un moule à pizza de 18 à 22 cm pour quatre personnes. Diminuez le temps de cuisson à 15 minutes. Vérifiez que les œufs sont bien cuits. En servant avec des fruits frais, vous avez un plat complet délicieux pour le petit déjeuner.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Crêpe soufflée aux pommes

Pour 6 personnes

Low Mix

2	cuillers à soupe de beurre
3	gros œufs
1/2	tasse de farine non blanchie
1/2	tasse de lait
1/4	cuiller à café de sel
4	grosses pommes à tarte, pelées et épépinées, en tranches fines
2	cuillers à soupe de beurre
1/2	tasse de sucre roux
1/4	cuiller à café de noix muscade
1/2	cuiller à café de cannelle
1	pincée de sel
1	cuiller à café de fécule de maïs
3	gouttes de colorant alimentaire rouge

Préchauffez le four à LOW MIX à 204° C (400° F)

- Préparez les pommes, faites fondre du beurre dans une grande poêle et ajoutez les tranches fines de pomme, le sucre, la cannelle, la muscade, le sel, la fécule de maïs et le colorant. Mélangez et faites cuire jusqu'à la caramélisation et le ramollissement. Couvrez et conservez au chaud après cuisson.
- Beurrez un plat à tarte en Pyrex de 23 ou 25 cm. Enfournez-le sur le trépied bas pour 3 minutes à LOW MIX ou jusqu'à ce que le beurre fonde et fasse des bulles pendant le préchauffage du four.
- Battez les œufs dans un bol, jusqu'à consistance crémeuse jaune pâle. Ajoutez-y farine, lait et sel. Battez pour un mélange lisse. Versez immédiatement dans le plat Pyrex sur le beurre chaud. Refermez la porte. Actionnez deux fois LOW MIX. Passez la température sur 204° C en actionnant 8 400°F puis fixez une durée de 1 5 0 0 minutes. Actionnez START, la préparation aux œufs va graduellement monter et bien dorer sur les bords. Versez les pommes assaisonnées sur le dessus de la crêpe soufflée et servez immédiatement pendant qu'elle est chaude.

C'est une bonne idée de préparation pour un brunch et un bon dessert pour l'automne ou l'hiver.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Tarte à la crème de citron

Pour 10 à 12 personnes

Low Mix – Trépied bas

Le fond foncé sucré de votre tarte met en valeur le jaune brillant et le goût piquant de la préparation au citron.

Pâte pour fond de tarte foncé sucré

- 1 gros œuf
- 2 cuillers à soupe de crème épaisse
- 1/2 cuiller à café d'extrait de vanille
- 1 tasse de farine non blanchie (plus une cuiller à soupe pour farinage)
- 1/4 tasse de fécule de maïs
- 2/3 tasse de sucre en poudre
- 1/4 cuiller à café de sel
- 8 cuillers à soupe de beurre bien froid (ou une plaquette de 125 g coupée en 14)
- papier sulfurisé 30 x 30 cm

Le fond par lui-même est très savoureux et mis en valeur par la cuisson à Low Mix.

1. Dans un petit bol battez le jaune d'œuf, la crème et l'extrait de vanille.
2. Dans votre mixeur ménager, malaxez avec la lame acier farine, sucre, fécule de maïs et sel pendant 5 à 10 secondes.
3. Dispersez les parcelles de beurre sur le mélange de farine et faites tourner par impulsions de 15 à 20 secondes.
4. Sans arrêter de tourner, ajoutez œuf et crème, et activez par impulsions de 20 à 25 secondes pour former une boule.
5. Sortez la pâte sur une feuille de plastique de 35 cm. Abaissez la pâte pour confectionner un cercle de 15 cm, enrobez-le complètement et mettez la pâte 2 heures au réfrigérateur ou 30 minutes au congélateur.
6. Déballez la pâte refroidie, farinez le papier sulfurisé et placez-y au centre la pâte. Abaissez pour un diamètre de 2,5 cm de plus que la taille du moule à tarte. Roulez toujours de centre vers les bords, en changeant la direction à chaque passage.
7. Actionnez la touche de préchauffage (PREHEAT) 6 350°F appuyez sur 6 350°F actionnez LOW MIX, entrez la durée 1 8 0 0, mettez le trépied bas et actionnez la touche de démarrage START.
8. Enroulez la pâte sur le rouleau à pâtisserie, déroulez-la sur le moule en 2 parties.
9. Relevez la pâte étalée sur les côtés et tassez-la dans le moule sans la déformer.
10. Pressez la pâte dans les bords cannelés elle doit avoir une épaisseur de 6 mm sur les rebords cannelés. Si nécessaire rajoutez de la pâte sur ces bords.
11. Avec la roue dentée coupez le pourtour du fond de tarte. Tassez la pâte dans l'angle du fond de moule.
12. Réalisez deux bandes de 30 x 15 cm avec le papier sulfurisé, confectionnez des cylindres de 2,5 cm sur 30 cm de long à mettre sur le pourtour du fond pour maintenir la pâte en place à la cuisson, ou maintenez-la par des billes de verre ou des haricots sur le pourtour.
13. Mettez dans le four préchauffé, sur le trépied bas pour 18minutes. Le fond va devenir foncé.
14. Pendant que le fond cuit, préparerez la crème citron (lemon curd) pour la garniture.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Crème au citron (lemon curd) pour la garniture de tarte

Convection – Trépied bas

1	fond de tarte foncé sucré de 23 à 25 cm précuit
7	jaunes de gros œufs
1	gros œuf entier
1,5	tasse de sucre en poudre
1	cuiller à soupe de zeste de citron
3/4	tasse de jus de citron frais (4 ou 5 fruits)
1/2	tasse d'eau
1/4	cuiller à café de sel
1/4	tasse de crème

1. Pendant que cuit le font de tarte, préparez sa garniture.
2. Battez ensemble les jaunes d'œufs et l'œuf entier dans un bol neutre pendant environ 5 secondes.
3. Conseil : prélevez le zeste de citrons quand ils sont encore froids ou tempérés, en ne prélevant que la partie jaune (le blanc est amer).
4. Avant de couper les citrons, roulez-les avec la paume de main sur une surface dure puis mettez-les au four à micro-ondes de 5 à 10 secondes par citron. Ainsi vous récupérerez plus de jus.
5. Ajoutez aux œufs le sucre, le jus de citron, le zeste et le sel, battez l'ensemble.
6. Dans une casserole de taille moyenne, faites cuire à feu moyen en touillant avec une cuiller en bois en permanence. L'appareil doit s'épaissir et monter à la température de 76° C (170° F) au thermomètre à sucre au bout de 5 minutes environ. Enlevez alors du feu.
7. Versez la crème dans un chinois à tamis métallique posé sur un récipient, et passez-la en appuyant avec le dos de la cuiller en bois. La crème finale doit être soyeuse.
8. Ajoutez alors la crème et intégrez-la complètement.
9. Versez l'appareil dans le fond de tarte chaud, en le répartissant bien.
10. Activez la touche CONVECTION, activez **6** 350°F et composez **1 5 0 0** pour la durée. En fin de cuisson le centre va onduler un peu. Sortez du four et placez la tarte à refroidir sur une grille pendant au moins 45 minutes.
11. Enlevez le cerclage cannelé du moule, et avec une spatule longue passée en le fond de tarte et le dessous de moule faites passer la tarte sur le plat de service.
12. Quand la tarte est complètement refroidie, coupez et décorez avec de la menthe fraîche ou des fraises fraîches de saison.

Le fond sucré foncé ajoute à l'apparence de la crème jaune, pour une combinaison jolie à l'œil et un goût rafraîchissant.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Flan cubain

Pour 12 personnes

Low Mix - Trépied bas

Flan

120g fromage crème
4 gros œufs entiers
2,5 tasses de lait concentré sucré
2 tasses de lait

Sauce caramel

2,3 tasses de sucre cristallisé
1/2 cuiller à café de jus de citron
3/4 tasse d'eau chaude

1. Placez sucre et jus de citron dans une casserole. Cuisez à feu moyen, en remuant constamment avec une cuiller en bois. Le sucre doit commencer à fondre et passer couleur caramel blond. Poursuivre la cuisson jusqu'à l'obtention de la couleur de caramel voulue.
2. Versez doucement le caramel dans l'eau chaude et continuer de remuer en cuisant. Une fois le caramel dissous en sirop, arrêtez la cuisson et laissez refroidir complètement. Vous pouvez alors rajouter de l'eau si nécessaire pour obtenir la bonne consistance.

Confection et cuisson du flan

1. Laissez réchauffer le fromage crème à la température ambiante. Placez-le dans le mixeur avec l'accessoire palette. Ajoutez les œufs un à un en incorporant jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse. Récurez les parois pour vous assurer que le fromage est mélangé de façon homogène aux œufs.
2. Ajoutez progressivement le lait concentré sucré et le lait pour bien incorporer. Passez au tamis pour retenir tous grumeaux ou morceaux de coquille. Dans un moule à pain de 21,6 x 11,4 cm, versez d'abord au fond la sauce caramel, puis la préparation de flan par-dessus.
3. Placez le moule à pain dans un moule à gâteaux plus grand 23 x 33 cm.
4. Faites chauffer aux micro-ondes 4 tasses d'eau.
5. Mettez l'eau chaude dans le grand moule avec le moule du flan, pour une cuisson au bain-marie, en veillant à ne pas mettre de l'eau plus qu'à 1,9 cm du bord. Placez l'ensemble sur le trépied bas, en vérifiant que la table peut tourner sans que le moule ne touche les parois.
6. Actionnez LOW MIX et entrez **4** **5** **0** **0** minutes. Fermez la porte et actionnez START. En fin de cuisson une lame de couteau enfoncée à cœur doit ressortir propre, et le centre du flan doit rester firme et plat. Si nécessaire poursuivez un peu la cuisson.
7. Retirez avec précautions le moule du flan de l'eau chaude, laissez refroidir complètement et mettez au réfrigérateur. Démoulez à froid, après avoir passé une lame de couteau autour des bords, En le retournant sur le plat de service. Le flan doit être assez ferme pour y couper des tranches de 1,9 cm. Disposez les tranches sur assiettes, napées du reste de sauce caramel, servez avec un fruit frais ou une pointe de menthe en décoration.

CUISSON PAR CONVECTION/ COMBINAISON AUTOMATIQUE

Poulet frit épicé à la mexicaine

Pour 4 à 6 personnes

High Mix

- 120 g de miettes de craquelins au fromage
- 2 cuillers à soupe de mélange à taco sec
- 1 œuf
- 1 cuiller à soupe d'eau
- 4-6 cuisses et hauts de cuisse de poulet, ou 4-6 filets, ou un poulet entier découpé

1. Utilisez le mixeur domestique pour traiter ensemble les craquelins au fromage et le mélange pour taco. Versez le résultat dans une assiette.
2. Dans un bol mélangez une cuiller à soupe d'eau et un œuf.
3. Lavez les morceaux de poulet et essuyez-les pour les sécher.
4. Trempez chaque morceau de poulet dans l'œuf délayé, puis dans les miettes assaisonnées, puis placez les sur le trépied bas sur la table tournante. Répartissez les morceaux, en plaçant les plus gros vers le bord et les plus petits au centre.
5. Actionnez deux fois HIGH MIX, puis 7 375°F, puis 3 0 0 0 pour la durée. Pour une bonne cuisson, la meilleure température est de 82° C (180° F) pour les cuisses et 77° C (170° F) pour les filets. Vérifiez les températures dans la chair au bout de 25 minutes, vous pouvez si nécessaire laisser cuire les morceaux 5 minutes de plus jusqu'à la fin du délai en refermant la porte. L'utilisation systématique d'un thermomètre instantané à viande est toujours une bonne idée. Le poulet doit toujours être bien cuit.

Ce plat est goûteux, préparez une salade verte durant la cuisson, avec légumes et fruits. Le succès est garanti.

AUTRES PARTICULARITÉS PRATIQUES

SÉQUENCE DE CUISSON MULTIPLE

Le four peut être programmé pour jusqu'à 4 séquences automatiques de cuisson pour le mode micro-ondes, et 4 séquences automatiques de cuisson avec préchauffage pour le mode convection/ combinaison, en commutant d'un réglage de puissance à l'autre automatiquement.

Parfois les instructions de cuisson vous indiquent de démarrer à une puissance et de changer ensuite pour une différente. Votre four le fait automatiquement.

- Supposition : cuisson d'une pièce de boeuf à rôtir 5 minutes à 100 % puis 30 minutes à 50 %.

1. Activer d'abord la commande de niveau de puissance deux fois pour 100 %. Puis entrer la première durée de cuisson.
2. Activer la commande de niveau de puissance [5] pour 50 %. Puis entrer la seconde durée de cuisson.
3. Activer la commande START.

Remarque :

1. Comme la commande POWER LEVEL a été activée deux fois, HIGH est affiché.

2. Si l'on souhaite connaître le niveau de puissance programmée, il suffit de toucher la commande POWER LEVEL. La puissance s'affiche tant que le doigt reste sur cette touche.

RÉGLAGE DES TEMPS DE CUISSON

Si vous avez constaté par expérience préférer une cuisson un peu plus poussée dans les modes avec capteur, décongélation, gril, rôtissage et cuisson au four avec convection, actionnez une fois la commande POWER LEVEL après votre sélection.

Si vous avez constaté par expérience préférer une cuisson un peu moins poussée dans les modes avec capteur, décongélation, gril, rôtissage et cuisson au four avec convection, actionnez deux fois la commande POWER LEVEL après votre sélection.

EXTRA MINUTE (MINUTE SUPPLÉMENTAIRE)

La touche EXTRA MINUTE permet de commander une cuisson d'une durée d'une minute au niveau 100 %. Au cours du fonctionnement manuel, il est possible d'augmenter la durée de cuisson par incrément de 1 minute en appuyant sur cette touche autant de fois qu'il est nécessaire.

- Supposons que l'on veuille réchauffer une tasse de soupe pendant une minute.

Appuyer sur la touche EXTRA MINUTE.

Remarques :

1. La touche EXTRA MINUTE n'a d'effet que pendant la cuisson ou que dans la minute suivant une cuisson, l'ouverture et la fermeture de la porte, et la pression sur la touche STOP/CLEAR.

2. EXTRA MINUTE ne peut pas être utilisé avec SENSOR (Capteur), SENSOR COOK (Cuisson par capteur), DEFROST (Décongélation), AUTO BROIL, AUTO ROAST ni AUTO BAKE.

HELP MENU (MENU D'AIDE)

La touche HELP MENU facilite l'emploi du four en permettant l'affichage d'instructions pour 5 fonctions.

1. Verrouillage de sécurité

Le verrouillage de sécurité évite une utilisation indésirable du four à micro-ondes par des enfants par exemple. Le four peut être configuré pour que son tableau de commandes soit désactivé ou verrouillé. Pour ce faire, toucher HELP MENU, le chiffre [1] puis START. Si on veut ensuite activer une commande LOCK apparaît à l'affichage

Pour annuler le verrouillage, toucher HELP MENU puis STOP/CLEAR.

AUTRES PARTICULARITÉS PRATIQUES

2. Suppression du signal sonore

Si on désire que le four n'émette pas de signal sonore pendant son fonctionnement, appuyer sur la touche HELP MENU, la touche **2** et la touche STOP/CLEAR.

Pour rétablir l'émission du signal sonore, appuyer sur la touche HELP MENU, la touche **2** et la touche START.

3. Démarrage automatique

Si on désire programmer le four de façon à ce qu'il commence la cuisson à une heure précise, procéder comme suit :

- Supposons que l'on veuille commencer la cuisson d'un ragoût à 4:30 au niveau 50 %, pendant 20 minutes. Avant tout, s'assurer que l'horloge indique l'heure exacte.

1. Appuyer sur la touche HELP MENU.
2. Toucher le chiffre **3** pour sélectionner Auto Start (démarrage auto).
3. Pour entrer l'heure de démarrage à 4 :30, activer successivement **4**, **3** et **0**.
4. Activer la commande CLOCK.
5. Pour entrer le programme de cuisson, activer POWER LEVEL, puis **5** et ensuite **2**, **0**, **0**, **0** pour la durée de cuisson.
6. Activer la commande START. L'heure de démarrage automatique choisie va s'afficher.

Remarques :

1. Le mode Auto Start peut être utilisé pour la cuisson manuelle, le grillage, le rôtissage et la cuisson avec convection, si l'horloge est paramétrée.

2. Si on ouvre la porte du four après avoir programmé un démarrage automatique, il faut appuyer sur la touche START de manière à afficher l'heure à laquelle doit commencer la cuisson, faute de quoi celle-ci ne débutera pas à l'heure prévue.

3. S'assurer que les aliments peuvent être conservés sans risque dans le four jusqu'à l'heure de leur cuisson. Les courges et potirons font partie de ceux-là.

4. Pour connaître l'heure, appuyer sur la touche CLOCK. L'heure est affichée aussi longtemps que l'on maintient la pression d'un doigt sur cette touche.

4. Sélection de langue

Le four à micro-ondes est d'origine paramétré en anglais. Pour changer actionner HELP MENU et entrer **4**. Continuer d'actionner **4** jusqu'à ce que la langue choisie soit sélectionnée. Toucher alors la commande START.

Un appui sur **4** : sélection de l'anglais.

Deux appuis sur **4** : sélection de l'espagnol.

Trois appuis sur **4** : sélection du français.

5. Sélections de poids et de température

Le four à micro-ondes est d'origine paramétré pour les unités américaines de température et poids. Pour changer actionner HELP MENU et entrer **5**. Continuer d'actionner **5** jusqu'à ce que les unités choisies aient été sélectionnées. Toucher alors la commande START.

Un appui sur **5** : sélection de LB/°F.

Deux appuis sur **5** : sélection de KG/°C.

AUTRES PARTICULARITÉS PRATIQUES

KITCHEN TIMER (MINUTERIE DE CUISINE)

- Supposition : chronométrage d'un appel téléphonique longue distance pour 3 minutes.

1. Actionner la commande KITCHEN TIMER.
2. Entrer la durée touchant la séquence **3** **0** **0**.
3. Actionner la commande START.

START (DÉMARRAGE)

START permet de cuire à puissance maximale (100 %) aussi longtemps que l'on maintient la pression d'un doigt sur la touche START. START est parfait pour faire fondre du fromage, porter du lait à une température tout juste inférieure à la température d'ébullition, etc.

La durée maximale d'utilisation est de 3 minutes.

- Supposons que l'on veuille faire fondre un morceau de fromage sur une tranche de pain.

1. Maintenir la pression d'un doigt sur la touche START. La durée s'affiche.
2. Lorsque le fromage a atteint l'onctuosité désirée, relâcher la pression du doigt sur la touche START. Le four cesse immédiatement de fonctionner.

Remarques :

1. Noter les temps nécessaires concernant à diverses opérations fréquentes et les programmer pour une utilisation future.

2. La touche START n'a d'effet que au cours de la minute qui suit une cuisson, l'ouverture et la fermeture de la porte ou une pression sur la touche STOP/CLEAR.

3. La touche START ne peut être utilisée que trois fois de suite. Il faut ensuite ouvrir et fermer la porte du four ou appuyer sur la touche STOP/CLEAR, pour augmenter le temps de cuisson.

AIDE (INDICATION À L'AFFICHAGE)

Chaque configuration des modes décongélation, gril/rôtissage/cuisson au four avec convection et cuisson avec capteur est accompagnée d'un conseil de cuisson. Pour le lire, toucher la commande HELP MENU à chaque fois que HELP est activé à l'affichage interactif pour accéder aux messages d'aide.

MODE DE DÉMONSTRATION

Pour lancer une démonstration, toucher dans l'ordre CLOCK, **0** et la commande START à maintenir pendant 3 secondes. DEMO ON va s'afficher. On peut alors démontrer les opérations de cuisson et les possibilités spécifiques sans que le four à micro-ondes ne génère de puissance. Par exemple, l'appui sur la commande EXTRA MINUTE provoque l'affichage de 1.00 suivi d'un décompte rapide jusqu'à l'affichage de END à la fin.

Pour sortir du mode démonstration, toucher dans l'ordre CLOCK, **0**, et la commande STOP/CLEAR. Si c'est plus facile, débrancher le four de sa prise secteur et le rebrancher.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Débrancher le cordon secteur avant de nettoyer, ou laisser la porte ouverte pour inactiver le four micro-ondes durant son nettoyage.

EXTÉRIEUR

La surface extérieure du four est peinte. Nettoyez l'extérieur à l'eau et au savon doux; rincez et séchez avec un linge doux. N'employez aucun produit de nettoyage de ménage ou produit abrasif.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

PORTE

Essuyez les deux faces de la porte avec un linge humide pour supprimer toutes éclaboussures. Les parties métalliques sont plus faciles à entretenir si elles sont essuyées souvent avec un linge humide. Éviter l'utilisation de pulvérisateur et autres nettoyants forts pour ne pas tacher, strier ou délustrer la surface de la porte.

PANNEAU TACTILE DE COMMANDE

Nettoyez le panneau avec précaution. S'il se salit, le désactiver en ouvrant la porte du four avant le nettoyage. Essuyez le panneau avec un linge légèrement humecté d'eau seulement. Séchez avec un linge doux. Ne pas frotter, récurer, ni utiliser aucun produit d'entretien chimique. Utilisez le moins d'eau possible. Fermez la porte et touche STOP/CLEAR.

INTÉRIEUR - APRèS CUISSON AUX MICRO-ONDES

Le nettoyage est facile car il y a peu de chaleur dégagée sur les surfaces intérieures. De ce fait il n'y a pas de surchauffe ni de projections ou éclaboussures. Pour nettoyer les surfaces intérieures, essuyez avec un chiffon doux et de l'eau chaude. N'UTILISEZ PAS DE NETTOYANTS ABRASIFS OU FORTS, NI DE TAMPONS À RÉCURER. Pour les salissures coriaces, utilisez du bicarbonate de soude ou du savon doux. Rincez complètement à l'eau claire. NE PROJETEZ JAMAIS DE NETTOYANT POUR FOUR DIRECTEMENT SUR UNE PARTIE QUELCONQUE DU FOUR À MICRO-ONDES.

INTÉRIEUR - APRÈS CUISSON PAR CONVECTION OU COMBINÉE, OU GRILLADE

Les corps gras et l'humidité peuvent laisser des éclaboussures. Lavez immédiatement à l'eau chaude savonneuse. Rincez à fond et séchez par polissage. Des salissures plus difficiles à enlever peuvent se former si le four n'est pas nettoyé scrupuleusement et en cas de cuisson prolongée ou à haute température. En pareil cas, il conviendrait d'acheter un tampon à nettoyer les fours, déjà imbibé d'un produit liquide et destiné aux surfaces d'acier inox ou de porcelaine - et non pas un tampon à récurer, saturé de savon. Suivez soigneusement le mode d'emploi du fabricant et prenez particulièrement soin de ne pas laisser pénétrer le liquide dans les perforations des parois ni nulle part sur la porte. Rincez à fond et séchez par polissage.

Après le nettoyage complet de l'intérieur, la graisse résiduelle peut être éliminée des conduites intérieures et des éléments chauffants en faisant simplement fonctionner le four à 232° C (450° F) pendant 20 minutes sans aliments dedans. Ventilez la pièce si nécessaire.

COUVERCLE DU GUIDE D'ONDES

Lavez soigneusement toute particule d'aliment déposée sur le couvercle du guide d'ondes qui se trouve à la surface supérieure de l'intérieur du four.

DÉSODORISATION

Des odeurs de cuisine peuvent éventuellement persister dans le four. Pour les éliminer, mélangez le jus et l'écorce râpée d'un citron et quelques clous de girofle, avec une tasse d'eau dans un récipient de deux tasses. Faites bouillir quelques minutes au niveau de 100 %. Laissez refroidir dans le four. Essuyez l'intérieur avec un linge doux.

PLATEAU TOURNANT/SUPPORT DE PLATEAU/GRILLES À TRÉPIED

Le plateau tournant, son support et les grilles peuvent être sortis pour faciliter leur nettoyage. Lavez-les avec une solution d'eau et détergent doux, les taches rebelles étant éliminées avec un nettoyant doux et une éponge non abrasive. Ces accessoires peuvent aussi passer au lave-vaisselle. Pour le plateau tournant utilisez l'étagère supérieure du lave-vaisselle.

Les aliments à forte acidité, comme les tomates ou citrons, peuvent provoquer une décoloration de plateau tournant. N'y cuisez donc pas directement d'aliments acides, et en cas d'écoulements essuyez-les immédiatement.

L'axe du moteur de la table tournante n'est pas étanchéifié, des excès de liquide ou des déversements ne doivent pas stagner dans cette zone.

FICHE TECHNIQUE

Tension d'alimentation :	Classification UL Classification CSA	- Monophasé 120 V, 60 Hz, courant alternatif seulement - Monophasé 117 V, 60 Hz, courant alternatif seulement
Alimentation requise :	Classification UL Classification UL Classification CSA Classification CSA	- Micro-ondes 1,55 kW, 13 A - Convection 1,55 kW, 13 A - Micro-ondes 1,5 kW, 13 A - Convection 1,5 kW, 13 A
Puissance de sortie : Micro-ondes* Chauffage à convection	 900 watts 1 450 watts	
Fréquence :	2 450 MHz	
Dimensions extérieures :	24 5/8 (L) x 14 7/8 (H) x 19 (P) po	
Dimensions de la cavité :	16 1/8 (L) x 9 5/8 (H) x 16 1/8 (P) po	
Capacité du four** :	1,5 pi³ (42,5 l)	
Uniformité de cuisson :	Plateau tournant, diamétre 15 3/8 po	
Poids :	Environ 60 lb (27,2 kg)	

* Méthode normalisée de la Commission électrotechnique internationale pour la mesure de puissance débitée. Cette méthode de mesure est largement reconnue.

** La capacité intérieure est calculée en mesurant la largeur maximale, la profondeur maximale et la hauteur maximale et en multipliant ces mesures. La contenance réelle est inférieure au résultat obtenu.

Conforme aux normes établies par :

FCC – Federal Communications Commission

DHHS – Conforme au règlement CFR Title 21 chapitre I section J du Department of Health and Human Services (DHHS)

c UL us – Ce symbole sur la plaque signalétique signifie que le produit est homologué par Underwriters Laboratories, Inc. pour utilisation aux États-Unis ou au Canada.

SBSC – Santé et Bien-être social Canada.

Ce four à micro-ondes fait partie de la liste des produits homologués par l'Association canadienne de normalisation.

APPEL DE SERVICE

Vérifier ce qui suit avant de faire appel à un réparateur :

1. Placer une tasse d'eau dans un verre gradué dans le four et bien fermer la porte. Faire fonctionner le four pendant 1 minute à puissance ÉLEVÉE 100 %.

   A. Est-ce que la lumière du four est allumée? OUI _____ NON _____

   B. Est-ce que le ventilateur de cuisson fonctionne? OUI _____ NON _____
   (Placer sa main sur l'évent à lame à l'arrière du four.)

   C. Est-ce que le plateau tournant tourne? OUI _____ NON _____
   (Il est normal pour le plateau de tourner dans un sens ou dans l'autre.)

   D. Est-ce que l'eau est chaude? OUI _____ NON _____

2. Enlever l'eau du four et mettre le four en route pour 5 minutes sur Convec à 450˚ F.

   Faire fonctionner le four pendant une minute sur HIGH 100%

   A. Les témoins CONV et COOK s'allument-ils? OUI _____ NON _____

   B. L'intérieur du four est-il chaud quand le four s'arrête? OUI _____ NON _____

Si la réponse à l'une ou l'autre de ces questions est NON, vérifier la prise électrique, le fusible ou le disjoncteur. S'ils fonctionment convenablement, contactez le Service à la clientèle. Pour obtenir les coordonnées, reportez-vous au livret de service et de garantie ou contactez-nous par l'entremise de notre site Web local, à l'adresse indiquée sur la couverture arrière.

Il ne faut jamais réparer un four à micro-ondes soi-même.

Remarque : Si le temps qui apparaît dans l'affichage diminue très rapidement, vérifier le MODE DE DÉMONSTRATION à la page 52 et annuler.

GARANTIE

Reportez-vous au livret de Service et Garantie pour obtenir les détails sur la garantie.

www.fisherpaykel.com
www.dcsappliances.com

Fisher&Paykel

DCS by Fisher&Paykel

Copyright © Fisher & Paykel 2014. All rights reserved.
The product specifications in this booklet apply to the specific products and models described at the date of issue. Under our policy of continuous product improvement, these specifications may change at any time. You should therefore check with your Dealer to ensure this booklet correctly describes the product currently available.

Droits réservés © Fisher & Paykel 2014.
Les spécifications du produit contenues dans ce manuel s'appliquent aux modèles et produits spécifiques comme décrits à la date de publication. Dans le cadre de notre politique d'améliorations en permanence de nos produits, ces spécifications pourront être modifiées à tout moment. Nous vous recommandons de vérifier auprès de votre revendeur que ce manuel décrit le produit actuellement disponible.

US CA F&P PN - 213052 D TINSEB374MRK3 09.2014